



Relatório de estágio profissional

“Cercool Desportivo – Um programa em busca da melhoria do comportamento dos alunos nas aulas de Educação Física”

Relatório de Estágio Profissional apresentado com a vista à obtenção do 2º Ciclo de Estudos conducente ao Grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da FADEUP, ao abrigo do Decreto-lei nº 74/2006 de 24 de março e o Decreto-lei nº 43/2007 de 22 de fevereiro.

Orientador: Professor José Virgílio Silva

Tiago Filipe Coelho Almeida

Porto, setembro de 2015

Ficha de Catalogação

Almeida, T. (2015). *Cercool Desportivo – Um programa em busca da melhoria do comportamento dos alunos nas aulas de Educação Física*. Porto: T. Almeida. Relatório de Estágio Profissional para a obtenção do grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, apresentado à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL, PROFESSOR, REFLEXÃO, DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL, CERCOOL DESPORTIVO.

Dedicatória

Aos meus Pais, Irmão e Namorada, pelo esforço, dedicação e votos de confiança dados. Sem eles nada disto seria possível. Muito obrigado...

Agradecimentos

Como esta etapa é um ponto extremamente fulcral na minha vida, não posso deixar de agradecer todos aqueles que se disponibilizaram a ajudar e todos aqueles que me deram forças para seguir em frente com o meu percurso académico.

Aos meus **Pais**, que sempre me deram tudo que podiam para que terminasse o percurso académico. Nunca se recusaram a nada, sempre se prepueram a estar ao meu lado para que atingisse os meus objetivos.

À minha **Namorada**, que sempre me deu forças para continuar a lutar por aquilo que queria. Agradeço pelo amor, carinho e acompanhamento dado diariamente.

Ao meu **Orientador, Professor José Virgílio**, pela sua disponibilidade e ajuda oferecida como orientação durante este estágio profissional.

À **Professora Cooperante, Dárida Castro**, manifesto a minha gratidão pela constante cooperação e dedicação apresentada todos os dias do nosso estágio. Não foi uma mera professora cooperante, foi uma profissional, uma amiga que sempre se disponibilizou ajudar, tanto em questões profissionais como em questões pessoais. Foi, sem dúvida, a pessoa que mais me ajudou a crescer como futuro profissional.

Aos meus **colegas de estágio**, que estiveram sempre presentes, nos bons e nos maus momentos. Começamos juntos e fomos juntos até ao fim. Criámos momentos de trabalho, mas também de diversão.

À turma do **10ºC** da Escola Básica e Secundária do Cerco, pela compreensão, pelo afeto e pelos momentos fantásticos que me proporcionaram.

O meu gigantesco agradecimento a todos vós.

ÍNDICE GERAL

RESUMO.....	XV
ABSTRACT.....	XVII
ABREVIATURAS	XIX
1. INTRODUÇÃO	XXI
2. ENQUADRAMENTO PESSOAL	5
2.1. Reflexão Autobiográfica	7
2.2. Expectativas em relação ao Estágio Profissional.....	9
3. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL	11
3.1. Entendimento do Estágio Profissional.....	13
3.1.1. Realidade encontrada.....	14
3.2. Enquadramento institucional	15
3.2.1. Escola como instituição	15
3.2.2. Escola Básica e Secundária do Cerco.....	16
3.2.3. Núcleo de Estágio e Núcleo de professores de Educação Física e Desporto Escolar	17
3.2.4. Caracterização da Turma	17
4. ENQUADRAMENTO OPERACIONAL.....	21
4.1. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem	23
4.1.1. Conceção e Planeamento do Ensino.....	23
4.1.2. Realização	28
4.1.3. Avaliação	33
4.1.4. Importância das observações das aulas.....	35
4.2. Área 2 – Participação na Escola e relações com a comunidade.....	37
4.2.1. Direção de Turma – O papel do diretor de turma	37

4.2.2.	Reuniões da Escola.....	38
4.2.3.	Atividades desenvolvidas na escola ao longo do ano letivo	39
4.2.4.	Visita de estudo a Bragança	45
4.3.	Área 3 – Desenvolvimento Profissional.....	47
4.3.1.	“Cercool Desportivo – Um programa em busca da melhoria do comportamento dos alunos nas aulas de Educação Física”	47
4.3.1.1.	Resumo	47
4.3.1.2.	Introdução	48
4.3.1.3.	Revisão da Literatura	51
4.3.1.3.1.	A Escola.....	51
4.3.1.3.2.	A indisciplina na escola	52
4.3.1.3.3.	A intervenção da Educação Física e do Professor de Educação Física	53
4.3.1.4.	Objetivos	56
4.3.1.5.	Metodologia.....	56
4.3.1.5.1.	Caraterização da Amostra.....	56
4.3.1.5.2.	Procedimentos metodológicos e Análise de dados.....	57
4.3.1.6.	Apresentação e discussão dos resultados	59
4.3.1.7.	Conclusão	66
4.3.1.8.	Limitações do estudo.....	67
4.3.1.9.	Referências Bibliográficas	68
5.	Conclusão e Perspetivas para o futuro	71
6.	Referências Bibliográficas	77
7 -	ANEXOS	85

INDICE DE FIGURAS

Figura 1 – Planeamento anual do secundário (10ºano).....	25
Figura 2 – Exemplo de resposta ao questionário da autoavaliação.....	31
Figura 3 – Exemplo de resposta ao questionário da autoavaliação.....	31
Figura 4 – Exemplo de resposta ao questionário da autoavaliação.....	31
Figura 5 – Incidentes observados no 1º período nas aulas de Educação Física	61
Figura 6 – Incidentes observados no 2º período nas aulas de Educação Física	62
Figura 7 – Incidentes observados no 3º período nas aulas de Educação Física	64
Figura 8 – Ficha de Resultados “Cercool Desportivo”	65

INDICE DE QUADROS

Quadro 1 – Atividades desenvolvidas pelo grupo de EF no ano letivo 2014/2015.....	40
Quadro 2 – Descrição do número de alunos quanto à sua prática desportiva extra escola	57
Quadro 3 – Referência dos itens observados com pontuação negativa	57
Quadro 4 – Referência dos itens observados com pontuação positiva	58
Quadro 5 – Incidentes observados no 1º período nas aulas de Educação Física	60
Quadro 6 – Incidentes observados no 2º período nas aulas de Educação Física	62
Quadro 7 - Incidentes observados no 3º período nas aulas de Educação Física	63

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1: Ficha de Avaliação Diagnóstica	iii
Anexo 2: Exemplo de uma unidade didática	iv
Anexo 3: Exemplo de um plano de aula	vii
Anexo 4: Exemplo de uma reflexão de aula	ix
Anexo 5: Ficha de observação da Análise do tempo de aula.....	x
Anexo 6: Ficha de Observação do comportamento do aluno	xi
Anexo 7: Ficha de Observação do comportamento do professor.....	xii
Anexo 8: Ficha de Inscrição do torneio de futsal.....	xiii
Anexo 9: Exemplo de Quadro Competitivo do torneio de futsal	xiv
Anexo 10: Declaração dos alunos para o programa Cercool Desportivo	xv
Anexo 11: Ficha guia “Cercool Desportivo”	xvi

RESUMO

O presente documento tem como principal objetivo a análise crítico-reflexiva sobre todo o percurso cumprido durante o Estágio Profissional, que proporciona o desenvolvimento profissional no campo da Educação Física.

O Estágio Profissional decorreu na Escola Básica e Secundária do Cerco, composto por um núcleo de estágio com três elementos, acompanhado por dois professores, uma Professora Cooperante deste estabelecimento de ensino e um Orientador da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Este documento encontra-se dividido em cinco capítulos, iniciando na “Introdução”, onde indico todo o conteúdo presente neste relatório. O segundo capítulo, “Enquadramento Pessoal”, é uma parte do relatório onde apresento o meu percurso biográfico, referenciando as minhas experiências académicas e desportivas, acabando por expor as minhas expetativas em relação ao Estágio Profissional. O terceiro capítulo, “Enquadramento da Prática Profissional”, faz referência ao enquadramento institucional, a caracterização do estabelecimento de ensino, incluindo o corpo docente de Educação Física e as minhas turmas atribuídas. O quarto capítulo, intitulado “Enquadramento Operacional”, compõe a parte mais essencial do Estágio Profissional. Refere-se à organização e gestão do ensino e da aprendizagem, à minha participação na escola e relações com a comunidade e todo o meu desenvolvimento profissional. Ainda neste capítulo, está descrito o trabalho de investigação efetuado, onde foi possível analisar o desempenho dos alunos face ao projeto “Cercool Desportivo”. No último capítulo, estão enaltecidas as principais ilações sobre este trabalho e as perspetivas para o meu futuro.

PALAVRAS-CHAVE: ESTÁGIO PROFISSIONAL, PROFESSOR, REFLEXÃO, DESENVOLVIMENTO PROFISSIONAL, CERCOOL DESPORTIVO.

ABSTRACT

The principal objective of this document is to analyse the reflexive-critic about the whole route accomplished during the professional stage, to make it possible to progress in the Physical Education field.

The professional stage took place at Basic and Secondary School of Cerco, the stage nucleus consisted of three elements, accompanied by two teachers, a cooperating teacher from this school and a orientator from the Sports University College of Porto.

This document is divided into five chapters, beginning in the “Introduction”, where I point out the whole context of this report. The second chapter “Personal Fitting” is a part of the report where I present my biographical route, referring to my academic and sports experiences, ending up by exposing my expectations regarding the Professional Stage. The third chapter “Fitting Of The Professional Practise” refers to the institucional fitting, characterizes the teaching institution, including the teaching corp of the Physical Education and the classes assigned to me. The fourth chapter, entitled “Operational Fitting” is composed of the most essential part of the Professional Stage. Referring to the organization and management of the teaching and learning of my participation in the school and my relationship with the community and all my professional development. Still in this chapter is described all the investigating work that was done, where it was possible to analyse the performance of the students regarding the project “Cercool Desportivo”. In the last chapter, the principal conclusions are praised about the work and the view for my future.

KEYWORDS: PROFESSIONAL STAGE, TEACHER, REFLECTION, PROFESSIONAL DEVELOPMENT, CERCOOL DESPORTIVO

ABREVIATURAS

AEC – Agrupamento de Escolas do Cerco

DT – Diretor(a) de Turma

EB – Escola Básica

EEFEBS – Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário

EF – Educação Física

EP – Estágio Profissional

FADEUP – Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

MEC – Modelo de Estrutura de Conhecimento

MED – Modelo de Educação Desportiva

PEA – Projeto Educativo de Agrupamento

UD – Unidade Didática

1. INTRODUÇÃO

1. INTRODUÇÃO

O presente documento realizado no âmbito da Unidade Curricular de Estágio Profissional (EP) está inserido no plano de estudos do 2º Ciclo em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP).

É um complemento de todo o processo realizado por mim na Escola Básica e Secundária do Cerco, durante este ano letivo (2014/2015). Entende-se que este documento não deve ser apenas um relato ou conjunto de documentos utilizados durante o estágio, mas sim uma análise crítico-reflexiva de todo o processo.

Enquanto futuros profissionais e estagiários de Educação Física, durante o estágio, temos a oportunidade de experienciar e vivenciar as situações mais reais que ocorrem em contexto escolar. Realizamos um acompanhamento do trabalho de profissionais e assumimos a responsabilidade pela lecionação de turmas, o que nos possibilita aplicar os nossos conhecimentos académicos, de forma a desenvolvermos as nossas competências profissionais.

Posto isto, como futuro professor de Educação Física, tive a oportunidade de passar por um processo de aprendizagem, na qual experienciei as diferenças que distinguem a teoria da prática. Tal processo passou pelo acompanhamento e lecionação de aulas à turma do 10ºC, de Línguas e Humanidades e à turma do 5ºI. Paralelamente, com o acompanhamento do trabalho da Diretora de Turma do 10ºC e ações a nível do Desporto Escolar, mais concretamente, a modalidade de atividades gímnicas.

O Estágio Profissional segundo Matos (2010, p.3), “[...] visa a *integração no exercício da vida profissional de forma progressiva e orientada, em contexto real, desenvolvendo as competências profissionais que promovam nos futuros docentes um desempenho crítico e reflexivo, capaz de responder aos desafios e exigências da profissão.*”.

Perante esta afirmação, não podemos ser uns meros espetadores quanto a uma disciplina, a Educação Física (EF), que tem vindo a perder terreno nos currículos escolares. Enquanto estagiários, temos de adquirir

experiência profissional específica que contribua para uma futura absorção pelo mercado de trabalho, temos de adquirir conhecimentos e competências que nos ajudem a ser capazes de promover um ensino de qualidade.

O nosso desenvolvimento durante o EP, passa fundamentalmente pela análise crítico-reflexiva. Não basta criarmos condições para que os alunos aprendam, existe uma obrigatoriedade de nos questionarmos e refletirmos sobre o que realizamos.

No que diz respeito à organização deste Relatório de Estágio, está compactado em cinco capítulos. O primeiro destinado à introdução, apresenta uma síntese geral do conteúdo deste documento. O segundo denominado por “Enquadramento Pessoal”, demonstra o meu percurso biográfico, referenciando as minhas experiências académicas e desportivas, acabando por expor as minhas expectativas em relação ao Estágio Profissional. O terceiro capítulo, “Enquadramento da Prática Profissional”, faz referência ao enquadramento institucional, a caracterização do estabelecimento de ensino, incluindo o corpo docente de Educação Física e as minhas turmas atribuídas. O quarto capítulo, intitulado “Enquadramento Operacional”, compõe a parte mais essencial do Estágio Profissional e está organizado em três áreas. Área 1 - Organização e gestão do ensino e da aprendizagem; Área 2 - Participação na escola e Relações com a comunidade; Área 3 - Desenvolvimento profissional. Este capítulo representa todo o processo efetuado durante o EP. Ainda neste capítulo, está descrito o trabalho de investigação efetuado, onde foi possível analisar o desempenho dos alunos face ao projeto “Cercool Desportivo”. No último capítulo, estão enaltecidas as principais ilações sobre este trabalho e as perspetivas para o meu futuro.

Todo este Relatório foi construído de acordo com as “normas e orientações para a redação e apresentação de dissertações e relatórios”, da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

2. ENQUADRAMENTO PESSOAL

2. ENQUADRAMENTO PESSOAL

2.1. Reflexão Autobiográfica

Para realizar esta reflexão tenho de efetuar uma retrospectiva sobre tudo pelo que passei, experiências positivas e negativas, formações escolares e sociais e os pontos mais marcantes do percurso efetuado até atualidade. Todo este processo teve extrema influência no que sou hoje e no que serei futuramente.

Nasci há 24 anos, dia 07 de dezembro de 1990, na freguesia de São Roque, pertencente ao concelho de Oliveira de Azeméis e ao distrito de Aveiro. Uma pequena aldeia pacata, que faz de mim o que sou hoje. Foi aqui onde fiz a minha escolaridade, desde a primária até ao ensino secundário. Comparativamente aos dias de hoje, naquela altura não haviam muitos computadores ou consolas, então os dias eram passados nas ruas com as crianças, a jogar futebol e a realizar jogos tradicionais.

Daí nasceu a minha paixão pelo Desporto. Impulsionado por esta paixão, decidi ingressar num clube de futebol, União Desportiva Oliveirense, que me possibilitou ter uma formação desportiva desde o escalão de escolinhas, agora denominado por benjamins, até aos juniores. Foi neste percurso que adquiri competências como espírito de grupo, cooperação, trabalho de grupo, entre outras. Foi um conjunto de anos, repleto de emoções, vivi, aprendi, chorei, ri, ganhei e acima de tudo fiz amigos que hoje em dia ainda perduram. Tudo isto faz parte da vida e nos forma enquanto pessoas. O que é realmente indispensável é nunca perdermos a vontade de seguir em frente e de atingir os nossos objetivos.

Para além de praticar desporto na minha infância, achei que não era o suficiente e então optei por no ensino secundário seguir o Curso Tecnológico de Desporto, na Escola Básica e Secundária Ferreira de Castro. Foi neste preciso momento que comecei a ver o Desporto de maneira diferente, aprendi de uma forma geral o que ele é, adquiri as bases e conhecimentos sobre a organização desportiva, e muito mais.

Após a conclusão do secundário, em 2008, candidatei-me a várias licenciaturas de desporto, acabei por entrar na Escola Superior de Educação de Coimbra na licenciatura em Desporto e Lazer. Esta licenciatura exigia a opção de seguir o ramo de condição física ou o de animação sócio desportiva. Nesta fase optei por seguir o ramo de condição física, pois o meu desejo de sempre foi e é ser treinador de futebol, professor de EF ou trabalhar num ginásio. O facto de ter optado por este ramo deu-me a oportunidade de realizar o estágio curricular no ginásio Holmes Place de Coimbra, na qual adquiri muitas competências e foi uma experiência muito enriquecedora.

Concluídos os três anos de licenciatura (2011) candidatei-me ao mestrado em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário (EEFEBS). Não consegui entrar, mas como o Desporto era a minha paixão então optei por ir trabalhar e ganhar dinheiro para pagar as minhas propinas para quando entrasse nesse mestrado. Trabalhei numa fábrica de componentes de automóveis durante dois anos, onde exercia a função de operador de máquina de injeção. Esta experiência de vida tornou-me uma pessoa ainda mais responsável, autónoma e principalmente lutadora, pois procurei sempre atingir os meus objetivos.

Em 2013, voltei a candidatar-me ao 2º Ciclo EEFEBS. Não estava com muitas esperanças de entrar, pois já tinha falhado uma entrada, esta seria a segunda vez que me candidatava e a concorrência era muita. Fiquei extremamente feliz quando consegui a entrada para este mestrado e senti que todo o sacrifício realizado não tinha sido em vão, foi um ponto importante na minha vida, um culminar de tanto esforço efetuado.

Todo este percurso fez com que crescesse como pessoa, proporcionou-me a aquisição de um conjunto de capacidades que faz de mim um Homem. O facto de ter ultrapassado obstáculos, ter realizado sacrifícios e ainda nunca ter desistido de um sonho, fez de mim uma pessoa que não é capaz de ficar meramente espetadora às adversidades da vida.

Espero continuar este percurso daqui em diante, mesmo sabendo que atualmente está muito complicado entrar neste campo de trabalho. O futuro é incerto, mas não sou pessoa de desistir e se não conseguir atingir o meu

objetivo de ser professor de EF, procurarei sempre trabalhar em algo relacionado com Desporto.

Uma das essências da vida é insistir e nunca desistir, como disse Albert Einstein (físico alemão, 1879-1955), *“Eu tentei 99 vezes e falhei, mas na centésima tentativa eu consegui, nunca desista dos seus objetivos mesmo que esses pareçam impossíveis, a próxima tentativa pode ser a vitoriosa”*.

No entanto, todos passamos por momentos em que sozinhos não conseguimos superar algumas situações adversas. Comigo passou-se o mesmo e foi aí que tive pessoas ao meu lado, família e amigos, que me deram força para continuar a percorrer este árduo caminho.

2.2. Expetativas em relação ao Estágio Profissional

Confrontado com esta nova etapa da minha vida, após alguns anos de ausência de estudos na área, sentia-me um pouco perturbado e receoso com o que iria encontrar e realizar no Estágio Profissional.

O que se tornou essencial para poder ingressar este EP com mais confiança, foi o facto de no 1º ano do mestrado ter retirado proveito das unidades curriculares, que me ensinaram muito do que sei hoje.

A escolha do local na qual queremos realizar o EP, não passa apenas por uma preferência, depende da nossa média. Torna-se essencial escolher bem o local onde queremos realizar esta fase da nossa vida, pois é importante ter em conta que, por vezes, a escola é definida pelos alunos que a incorporam.

A minha primeira opção foi a Escola Básica e Secundária Oliveira Júnior, em São João da Madeira, pois ficava perto da minha área de residência. Não foi possível estagiar nessa escola e então foi colocado na Escola Básica e Secundária do Cerco.

Esta escola, para quem não a conhece, é descrita como uma escola problemática, com alunos de etnia cigana e alunos de famílias complicadas. Daí ter surgido em mim algum desconforto inicial e incertezas quanto ao meu

sucesso naquela escola. Questionei-me algumas vezes, “Serei capaz de lecionar aulas?”, “Irei encontrar uma turma problemática?”, “Conseguirei resolver os problemas que encontrar?”. Todas estas questões fizeram parte de mim até ao momento que iniciei o meu estágio, mas não foi por isso que deixei de me sentir capaz de encarar o estágio e capaz de dar o melhor de mim para que, apesar dos resultados, fizesse tudo para ter sucesso.

Apesar das incertezas, tinha a certeza que iria fazer de tudo para que fosse um bom professor e conseguisse ensinar os meus alunos da melhor forma.

Tal como diz Nóvoa (cit. por Alain, 1986, p. 55) “*Dizem-me que, para instruir, é necessário conhecer aqueles que se instruem. Talvez. Mas bem mais importante é, sem dúvida, conhecer bem aquilo que se ensina.*” Perante esta frase, não me poderia deixar intimidar pelo que se avizinhasse, pois se tivesse os conhecimentos adequados seria capaz de levar a bom porto aquilo a que me destinei, ensinar os meus alunos.

Concluindo, as minhas expetativas em relação ao Estágio Profissional recaíam sobre a boa integração na comunidade escolar, a minha capacidade em colocar os meus conhecimentos em prática e por último, o comportamento das turmas que iria lecionar. Contudo, todas estas expetativas tornaram-se realidade e de forma positiva.

3. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

3. ENQUADRAMENTO DA PRÁTICA PROFISSIONAL

3.1. Entendimento do Estágio Profissional

Conforme citado na minha reflexão autobiográfica, estive ausente dos estudos durante dois anos. O facto de voltar a ingressar numa instituição de ensino com apenas um ano para me poder preparar para o EP, tornou-se numa tarefa algo difícil.

A unidade curricular EP é o culminar de um processo de aprendizagem, que nos incumbe colocar em prática todos os conhecimentos adquiridos durante esse processo.

Posto isto, devido à paragem de dois anos, os meus conhecimentos perderam-se um pouco, tornando-se essencial reforça-los durante o primeiro ano do mestrado, o que exigiu um esforço ainda maior da minha parte. Também pelo facto de a minha licenciatura ser um pouco diferente da licenciatura de Ciências do Desporto da FADEUP.

Segundo as normas orientadoras da Matos (2014), *“O Estágio Profissional entende-se como um projeto de formação do estudante com a integração do conhecimento proposicional e prático necessário ao professor, numa interpretação atual da relação teoria prática e contextualizando o conhecimento no espaço escolar”* (p. 3).

De acordo com esta frase, é necessário transpormos a teoria para a prática para obtermos sucesso. Essa teoria passa pelas competências adquiridas durante o percurso académico, mas primordialmente durante o primeiro ano de mestrado. Na verdade, importa que a formação superior, além da aquisição de conhecimentos e competências, faça apologia da reflexão crítica, estimulando o estudante a questionar-se continuamente sobre os próprios conteúdos (Batista e Queirós, 2013).

Parte do sucesso passa também pela relação profissional com o professor cooperante e o orientador de estágio, pois são o elo de ligação entre escola e FADEUP. Estes elementos intervêm sempre que necessário, atuando em prol de uma prática de ensino supervisionada de qualidade.

3.1.1. Realidade encontrada

O primeiro contato com a escola e com a PC foram importantes, pois foi desde esse momento que as minhas dúvidas se começaram a dissipar. Deparei-me com uma pessoa extremamente simpática, disponível, profissional, e ainda uma pessoa de grande peso na escola. Esta apresentou-me as instalações da instituição de ensino que me ia acolher e foi aí que me deparei com condições de trabalho invejáveis. A escola apresentava dois espaços exteriores polidesportivos, dois pavilhões multiusos, um deles completamente novo com sala de musculação e sala de ginástica.

Desde logo tentei adaptar-me à escola e conhecer todos os professores, principalmente os do grupo de EF. Com o avançar do ano letivo, maior parte dos professores de EF foram-se demonstrando disponíveis, ajudando-me sempre que possível e até dando dicas para que a minha lecionação decorresse da melhor forma.

Relativamente às turmas que iriam fazer parte da minha prática pedagógica, foi-me entregue uma à qual iria ser responsável durante o ano letivo todo (10^oC) e outra apenas no 2^o período (5^oI, turma partilhada).

No momento da apresentação das turmas, houve uma disparidade relativamente ao número de alunos, ou seja, a turma do 10^oC apresentava 13 alunos e a turma do 5^oI apresentava 24 alunos, sendo que mais tarde ingressou um aluno em cada turma. Soube a partir daquele momento que iria presenciar diferenças na lecionação das aulas, não só pelo número de alunos mas também pela diferença de idades.

Com o início da lecionação das minhas aulas, decidi optar por apresentar uma postura coerente, firme e compreensiva, compondo uma relação de professor-aluno, mas sem nunca deixar de ser disponível, tentando assim conhece-los a fim de poder dominar o contexto social. Torna-se fundamental reconhecer bem o contexto em que nos inserimos, para conseguirmos desconstruir e construir o nosso pensamento, de modo a melhorar a nossa prática. Seguindo este pensamento, reforço-o com a afirmação de Batista e Queirós (2013), “*Pretende-se, por conseguinte, que o*

estudante seja capaz de reconhecer o contexto social e cultural do qual faz parte para, assim, poder ser uma pessoa e um profissional reflexivo”.

Com todo este entendimento, as realidades encontradas nas turmas foram diferentes, mas consegui ter “pulso” em ambas, conseguindo ser sempre controlador da turma e, acima de tudo, ser respeitado pelos alunos.

3.2. Enquadramento institucional

3.2.1. Escola como instituição

A escola é um estabelecimento de ensino, organizado pelas ações dos sujeitos e grupos, que tem como objetivo criar, ensinar, educar pessoas, desenvolver competências nelas. Portanto, pode-se afirmar que a escola é uma instituição porque segundo Schmidt (2005, p. 230) “Instituição é tudo o que for considerado uma norma universal ou o ato de fundar, criar, iniciar algo ou, ainda, as formas sociais singulares”.

A escola é a instituição na qual se efetivam processos educativos formais em torno de conhecimentos historicamente produzidos e acumulados, que visa o desenvolvimento das capacidades humanas, a preparação para a cidadania e o exercício de papéis sociais.

De acordo com Schmidt (cit. por Nadal, 2011, pág. 140) a escola é uma instituição social, historicamente considerada, inserida numa certa realidade na qual sofre e exerce influência. Não é uma instituição neutra perante a realidade social. Deve organizar o ensino, de forma a considerar o papel de cada indivíduo e de cada grupo organizado dentro da sociedade. A sua função é, portanto, preparar o indivíduo proporcionando-lhe o desenvolvimento de certas competências exigidas pela vida social.

3.2.2. Escola Básica e Secundária do Cerco

O Agrupamento de Escolas do Cerco, dos maiores da cidade do Porto, está situado na zona oriental da Cidade do Porto, freguesia de Campanhã. O Agrupamento é constituído por seis Jardins de Infância, seis escolas EB e uma Escola Básica e Secundária. Insere-se numa zona de forte concentração de população carenciada a nível socioeconómico e cultural. A maior parte dos alunos provém dos bairros sociais e camarários existentes na freguesia, sendo eles pessoas muitas das vezes problemáticas e também de etnia cigana, não querendo insinuar que sejam más pessoas, mas como se sabe são pessoas que demonstram muito desinteresse pelos estudos.

Apesar da generalização ser perigosa um número significativo de encarregados de educação tem baixas expectativas em relação ao sucesso escolar dos seus educandos, manifestando falta de interesse pelo processo de ensino/aprendizagem. Nestas circunstâncias, alguns alunos procuram na escola e nos educadores/ professores quadros de referência, outros demonstram a sua desmotivação e frustração através da irregularidade dos percursos de aprendizagem, acumulando repetidos insucessos.

A Escola Básica e Secundária do Cerco foi alvo de uma intervenção pela Parque Escolar, portanto é uma escola requalificada que oferece aos seus professores e alunos todas as melhores condições para que seja levado a cabo um ensino de qualidade.

Manifesto desde já a minha satisfação e entusiasmo por estagiar numa escola que me oferece muito boas condições de trabalho. Caso a escola fosse frequentada por alunos que se interessassem pelos estudos, esta seria sem dúvida uma escola de excelência. Porque para além de disponibilizar materiais e espaço de qualidade, também conta com profissionais que se esforçam todos os dias dando o melhor de si aos seus alunos, para conduzi-los ao sucesso escolar.

3.2.3. Núcleo de Estágio e Núcleo de professores de Educação Física e Desporto Escolar

Parte do sucesso no processo de adaptação e realização do estágio profissional depende do núcleo de estágio onde estamos inseridos. Torna-se fundamental exercer uma boa afetividade com o grupo de estágio, visto que é necessário apoiarmo-nos, por vezes, nos nossos parceiros para que algumas dificuldades sejam ultrapassadas.

No que toca aos elementos que realizaram o EP comigo, estiveram sempre disponíveis a ajudar-me, apresentaram uma atitude cooperativa do início ao fim, criando assim um bom grupo de trabalho.

O relacionamento com os colegas do núcleo de estágio foi facilitado, porque já tínhamos uma relação de amizade vinda do ano anterior, pois fomos os três da mesma turma durante o segundo semestre do 1º ano do mestrado.

Relativamente ao núcleo de professores de EF e Desporto Escolar, este era composto por 12 elementos, 3 do sexo masculino e 9 do sexo feminino, sendo uma delas a nossa professora cooperante. Todos os elementos foram essenciais na nossa integração na escola, partilharam connosco as suas experiências e fizeram questão que nos sentíssemos bem e em “nossa casa”.

Foi de facto importante a ajuda de todos, mas sem dúvida que quem mais se destacou foi a nossa professora cooperante, que sempre foi incansável e permitiu que evoluíssemos como pessoas e profissionais.

3.2.4. Caraterização da Turma

No Estágio Profissional, realizamos o planeamento a diferentes escalas, o que torna imprescindível conhecermos para quem vamos lecionar os conteúdos. É importante ter um conhecimento geral acerca da turma, visto que o ensino é dirigido para os alunos, pois caso não os conhecêssemos, todo o planeamento do método de ensino e a forma de atuar perante os alunos estaria condicionada.

A turma foi questionada quanto aos seus antecedentes escolares, médicos e desportivos, algo que se tornou bastante útil na medida em que escolhia os conteúdos adequados ao tipo de público-alvo. Como exemplo disto, era um caso na turma de uma aluna com problemas na coluna e que já tinha sido operada ao coração, onde a sua participação em alguns exercícios estava comprometida. Como professor e conhecedor do caso, não poderia estar a exigir muito da aluna, nem pedir que esta se esforçasse mais do que os seus limites.

Conhecer o contexto e o enquadramento social, familiar, económico em que os alunos se encontram, também é essencial para a realização do trabalho efetuado. Ao ser um professor conhecedor deste contexto, tive em atenção de como atuava junto dos alunos, como lidava com os problemas disciplinares e com os comportamentos menos positivos (ou menos assertivos). Naquela escola e naquela turma, existem diversos alunos provenientes de famílias com dificuldades económicas, alunos com carências educativas e sociais que se refletiram algumas vezes nas aulas. Portanto, enquanto professor tenho de encontrar um equilíbrio e moderar a minha atuação, visto que alguns dos comportamentos dos alunos por vezes são justificados pelo contexto onde estes cresceram.

No que toca à caracterização geral da turma que me foi atribuída, esta era do ensino secundário e pertence ao Curso Científico-Humanístico de Línguas e Humanidades. A turma do 10ºC era composta por 14 alunos, 8 do sexo feminino e 6 do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 15 e os 20 anos. Apenas 4 alunos (3 masculinos e 1 feminino) é que praticavam uma modalidade desportiva fora da escola.

Na generalidade, todos realizavam as aulas de EF, à exceção de um caso particular, que no 2º período se destacou. Uma rapariga vinda de França que iniciou as aulas nesse mesmo período e recusava-se a realizar alguns exercícios propostos.

Esta turma era composta por alunos empenhados e dispostos a aprender, mas um pouco preguiçosos, principalmente os do sexo feminino.

Relativamente ao nível técnico, globalmente, observavam-se alunos com qualidade técnica, todos eram capazes de realizar as tarefas propostas.

Acredito que realizei um bom trabalho com estes alunos, que consegui leva-los à aprendizagem e acima de tudo, acredito que consegui impor-lhes o gosto pela prática desportiva para além da aula de EF.

4. ENQUADRAMENTO OPERACIONAL

4. ENQUADRAMENTO OPERACIONAL

*A teoria sem a prática vira 'verbalismo',
assim como a prática sem teoria, vira
ativismo. No entanto, quando se une a
prática com a teoria tem-se a práxis, a ação
criadora e modificadora da realidade.*

(Paulo Freire)

4.1. Área 1 – Organização e Gestão do Ensino e da Aprendizagem

4.1.1. Conceção e Planeamento do Ensino

A conceção constitui uma parte fundamental na organização do Estágio Profissional. Isto porque, a nossa intervenção tem de passar por um conhecimento válido no ensino da EF e condução com eficácia pedagógica do processo de educação e formação do aluno na aula de EF.

De forma a complementar os meus conhecimentos e otimizar o processo de planeamento, foi necessário realizar um trabalho de campo. Numa primeira fase analisei os programas de EF, os projetos curriculares, o projeto educativo da escola, que ajudaram, de forma crucial, na compreensão das características gerais e transversais a desenvolver. Os mesmos documentos deverão ser vistos como um guia para a ação do professor.

A disciplina de EF está abrigada por programas curriculares que se centram no valor educativo da atividade física pedagogicamente orientada para o desenvolvimento multilateral e harmonioso do aluno. Esses programas são um instrumento importante para o professor, visto que cada ciclo de ensino tem o seu programa e um professor de EF está sujeito a lecionar aulas a qualquer ciclo, tem que estar preparado e saber os objetivos de cada um.

Seguindo esta lógica, reforçamos com o que Bento (2003, p. 20) referiu “...o programa ou o curriculum deve fornecer a orientação norteadora para a planificação do ensino pelo professor e para a elaboração dos materiais complementares... Por isso, programação do ensino (a nível central) e

planificação do ensino (pelo professor) constituem um processo unitário racional e complexo da concretização progressiva de indicações generalizadas.”

O professor deve saber aquilo que vai ensinar, mas também é importante saber onde está a lecionar as aulas. O projeto educativo de agrupamento¹ (PEA) é um documento importante na medida que nos dá a conhecer a escola e os seus objetivos e ideais. Prova disso é a seguinte frase exposta no documento, *“é um documento que se quer funcional e estratégico (...) é, concomitantemente, o espelho da escola que temos e da que queremos ter”*. O PEA pretende ser um instrumento fundamental que define, de modo global, coerente e articulado, todos os aspetos da vida da Escola: grandes linhas de orientação estratégica, linhas de ação e metas, que promovam a articulação de docentes com percursos e motivações diversas, fortalecendo o trabalho cooperativo e colaborativo e garantindo o reforço do sucesso educativo. Portanto, o professor assume um papel fundamental nas aulas, na medida em que leciona utilizando as suas estratégias, tentando sempre alcançar no final as metas propostas pela escola.

A análise do Plano Anual de Atividades do grupo disciplinar de EF mostrou-se importante, no sentido de compreender e articular as aulas planeadas com os eventos e atividades propostas.

Para terminar esta fase de conceção, procedi à análise do envolvimento e da turma que iria assumir, caracterizando esta mesma e ainda o estabelecimento de ensino. Essa análise da turma tornou-se essencial, uma vez que pode constatar as principais características de cada aluno. Esta tarefa foi-me facilitada por um professor na primeira reunião após o conhecimento das turmas que nos tinham sido disponibilizadas, pois este já teria sido docente de muitos alunos daquela turma e referenciou-me alguns alunos. Já a análise do estabelecimento de ensino, dos espaços adequados à prática do desporto e do material disponibilizado, foi efetuada inicialmente, juntamente com a professora cooperante, para que conhecêssemos a realidade daquele estabelecimento, de modo a saber com o que podíamos contar para cada aula.

¹ Projeto Educativo do Agrupamento das Escolas do Cerco

Seguindo da conceção vem o planeamento. O planeamento é um instrumento didático-metodológico fundamental, tratando-se pois, de um método de previsão, organização e orientação do processo ensino-aprendizagem. Planificar envolve a realização de um conjunto de tarefas de procura, seleção, definição de objetivos, seleção de conteúdos, elaboração de estratégias, elaboração de instrumentos de avaliação.

A fase de planeamento foi bastante complexa de início. Com um conhecimento prévio do que iria enfrentar, sentia-me um pouco inseguro, pois a prática é diferente da teoria e não tinha qualquer experiência na planificação e estruturação de um ano letivo.

Necessitei da ajuda da professora cooperante para me conseguir orientar e assim ajustar a seleção e estruturação de todo o trabalho.

Parte facilitadora do planeamento foi o documento construído pelos professores de EF que indicava quais as matérias e o número de aulas a lecionar por cada uma, ou seja, o planeamento anual do ensino secundário (Figura 1).

Categoria	10 º Ano		
	1º Período	2º Período	3º Período
Desportos Coletivos	Basquetebol 16	Andebol 16	Voleibol 16
Ginástica	Solo Acrobática 10	Aparelhos: Trampolins Plinto Solo 14	
Atletismo	Corrida Continua 10	Salto em Altura Salto em Comprimento Velocidade Corrida Estafeta 12	
Dança	Dança 4		
Treino Funcional	Treino Funcional 6		
Raquetes	Badminton 8		
Desportos Alternativos	Raguebi / Orientação / Escalada / Outras 8		

Figura 1 – Planeamento anual do secundário (10ºano)

Este documento, na fase inicial do EP, é extremamente importante, porque demonstra a margem de manobra que os professores têm para lecionar as modalidades durante um período letivo e um ano letivo. Como indica a *figura 1*, no 1º período as modalidades principais a serem abordadas no 10º ano são Basquetebol, Ginástica – solo e acrobática, Atletismo – corrida contínua e ainda como modalidades que podem ser alargadas aos outros períodos temos, Dança, Treino Funcional, Raquetes e Desportos Alternativos. Com isto, só tive de realizar um planeamento de como queria lecionar as modalidades, ou seja, a ordem pela qual queria abordar as modalidades, tendo liberdade de escolher essa mesma ordem.

Sendo o documento anterior um ótimo guia para a estruturação de todo o ensino, a partir deste ponto consegui ter autonomia para planear as minhas aulas. A cada modalidade que iria abordar, realizava uma avaliação diagnóstica (anexo 1) para conhecer o nível dos alunos e assim construir uma unidade didática (anexo 2) por cada modalidade, a fim de alicerçar princípios de sequenciação fundamentados na integração e na coerência didática, com o objetivo de realçar a importância de um processo de ensino e aprendizagem assentes nos princípios da sistematização em contexto didático.

Um dos documentos mais importantes para o planeamento a nível de cada modalidade é, o Modelo de Estrutura do Conhecimento (MEC) de Vickers (1989). Esta ferramenta é a principal forma de simplificar todo o trabalho a desenvolver na abordagem a cada modalidade, todavia a construção desta ferramenta pode, por vezes, tornar-se extensa e complexa. Neste sentido, o MEC composto por 8 módulos, sendo estes divididos por 3 fases (análise, decisão e aplicação), foi um aliado ao longo do ano letivo, exibindo uma boa forma de planear e construir um processo de educação ajustado às necessidades de cada grupo. Isto porque, a elaboração dos referidos documentos permitiram aglomerar de uma forma bastante sucinta toda a informação necessária para a realização e organização do processo de ensino.

Para a planificação das unidades didática pretendeu-se, primeiramente, caracterizar a turma de forma individual e em grupo, para que o seu planeamento esteja de acordo com as necessidades dos alunos. Para a

caraterização da turma foi realizado uma avaliação diagnóstica da mesma. Cada unidade didática constrói-se a partir da avaliação diagnóstica da turma, aproveitando os resultados desta para conhecermos o nível da turma e assim estruturarmos todos o ensino da matéria atendendo a esse nível, acabando por criar uma progressão da base para o topo ou do topo para a base. Construir uma unidade didática sem se ter o conhecimento da turma seria incorreto, pois, certamente, estaríamos a abordar matérias que não seriam adequadas à turma. Cada unidade didática representa a matéria a abordar e o número de aulas que temos para a abordar, sendo que com o planeamento anual apresentado pelo grupo de EF essa tarefa foi-nos facilitada, pois definiram o número de aulas por cada modalidade. Logo, só nos coube a tarefa de definir quais conteúdos abordar.

A partir deste ponto, o planeamento era efetuado à escala diária, ou seja, construía os planos de aula (anexo 3) e após as respetivas aulas realizava uma reflexão (anexo 4) de modo a orientar-me para o plano de aula seguinte, pelo que ajudava a melhorar o processo de ensino aprendizagem.

Os planos de aulas começaram a fazer parte do meu dia-a-dia, porque todos os dias o meu pensamento era guiado para os planos de aula. A preocupação, o cuidado a ter com o tipo de exercícios que iria lecionar era tanto que me fazia pensar e repensar. Contudo, o facto de realizar as reflexões logo após o final de cada aula auxiliava imenso a construção dos planos de aula.

Concluindo, todo o processo de conceção e planificação tem que ser bem desenvolvido para que na prática tudo seja realizado como o planeado, pois uma coisa depende da outra, como diz Bento (2003, p. 16): “*O ensino é criado duas vezes: primeiro na conceção e depois na realidade.*”

4.1.2. Realização

O momento da realização de todo o processo de ensino pelo qual passei contribuiu de forma extremamente significativa para o “eu” como futuro profissional docente. Foi extremamente marcante e enriquecedor para conseguir evoluir ainda mais as minhas capacidades de planificação e lecionação do ensino. Houve a aplicação da teoria na prática e uma exposição de tudo aquilo que até ao dia tinha vindo a aprender.

No entanto, não posso deixar de evidenciar as diferenças que senti no contato com as distintas turmas. Sem dúvida que a que mais me marcou foi a turma com qual convivi o ano letivo todo (10^oC), em comparação à turma que só obtive contato num só período (5^oI). Também denota-se logo a discrepância de idades e de comportamentos, mas ambas tiveram a sua importância para a minha evolução, pois é sempre bom vivenciarmos diferentes experiências.

O início deste processo, ou seja, o primeiro contato com os meus alunos, deixou-me muito ansioso e um pouco receoso.

“ (...) Os alunos na aula de apresentação deixaram-me com a sensação que não gostavam muito de educação física, derivado do insucesso do anterior professor quanto à motivação dos alunos para a prática desportiva.”

Reflexão das aulas nº 3 e 4 (10^oC)

Senti que a partir daquele momento ia ter uma dificuldade acrescida em cativar e motivar os alunos para a realização das aulas de EF. Procurei logo criar uma empatia e imagem positiva da minha pessoa, apesar de ser um professor jovem estes não deixaram de me encarar como um profissional.

Sendo de extrema importância a primeira abordagem, a postura que desenvolvemos, o tom de voz que produzimos, tudo isto refletir-se-á durante o ano letivo e nos comportamentos que os alunos desempenharão durante esse. Tal como afirma Arends (1995) *“estas primeiras abordagens com os alunos são importantíssimas para causar uma boa impressão e para os podermos conquistar.”* O mesmo completa dizendo que é durante os primeiros momentos

que se modela a interação futura. Com isto, as primeiras aulas são as fundamentais, onde os professores são julgados juntamente com as suas aulas, por esse motivo, importa implementar desde cedo um sentimento de respeito e disciplina para que não se tenham problemas com a gestão e funcionamento da aula.

Foi o que desde logo implementei nas minhas aulas, de forma a ganhar o respeito e valorização dos meus alunos, através de regras, e ainda de forma a criar estratégias importante para que todo o processo de aprendizagem fosse bem conseguido.

As regras a implementar na aula de EF eram as seguintes:

- Trazer o material adequado para a aula de EF;
- Ser assíduo e pontual;
- Retirar/guardar todos os objetos pessoais;
- Respeitar os colegas;
- Cumprir as indicações dadas pelo professor;
- Estimar o material;
- Aceitar as decisões de arbitragem;
- Aceitar a vitória do adversário;
- Cumprir as regras de jogo;
- Evitar brincar no balneário;
- Tomar banho depois da aula.

Estratégias utilizadas para uma boa gestão e organização das aulas:

- Circular sempre por fora de modo a ter sempre os alunos dentro do meu campo de visão;
- Escolher em todas as aulas, um aluno responsável por ir buscar e recolher o material necessário à aula;
- Manter os alunos em silêncio enquanto o professor fala;
- Utilização de uma progressão de exercícios;
- Dispor o espaço de forma a perder pouco tempo na construção do exercício seguinte;
- Ser o mais breve possível na instrução do exercício;

- Utilização de ações ou atitudes perante comportamentos menos positivos (ou menos assertivos) dos alunos;
- Utilização de palavras de incentivo à evolução do aluno.

O facto de aplicar regras nas aulas não deixou de ser impedimento de uma boa relação sócio afetiva com os alunos, dentro e fora da sala de aula. A afetividade quando é boa torna-se um elemento fulcral para o êxito do clima de aula e o êxito escolar. Prova disso é Sêco (1997) que afirma que o *“êxito escolar depende muito menos dos fatores intelectuais do que dos afetivos – inúmeros estudos demonstram que a aprendizagem é facilitada quando o individuo trabalha com prazer e os seus esforços são coroados de êxito.”* Para tal, tive sempre especial atenção a este fator, tentando criar uma boa afetividade entre alunos e entre professor-aluno, em todo o ano letivo, principalmente no último período quando apliquei o programa “Cercool Desportivo”. Visto que *“a afetividade é, portanto, um fator dominante na relação educativa e um fator determinante do desempenho escolar”* (Sêco, 1997, pp. 62-64).

Durante a realização da prática profissional, tentei sempre ser correto enquanto professor, tentei enaltecer o esforço dedicado pelos alunos, reprimi-los de forma correta sempre que tinham atitudes incorretas, compreender as suas atitudes e modificá-las sempre que possível.

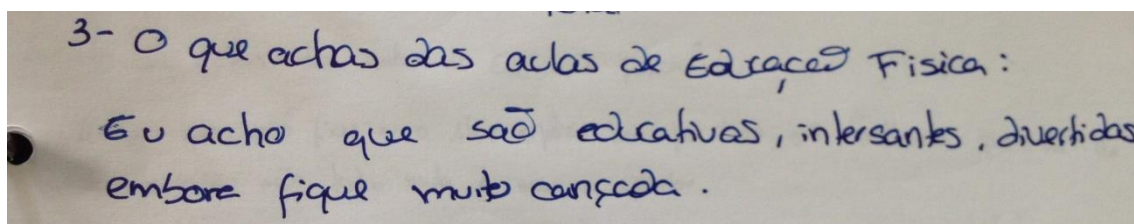
“Ainda nesta aula, aplicou-se o programa “Cercool Desportivo”, onde os alunos estiveram sob observação e respeitaram os devidos itens, à exceção do aluno nº32, que apresentou um comportamento antidesportivo e recusou-se a realizar o último exercício, ao contrário da última aula onde foi líder e comportou-se devidamente. O seu comportamento foi alvo de penalização, porque era inadequado à aula e prejudicial para os colegas. A sua atitude não mudou, nem um pedido de desculpas efetuou aos colegas, portanto a sua penalização passou pela expulsão da aula.”

Reflexão da aula nº103 e 104 (10ºC)

Também valorizei as atitudes positivas, incentivando-os e elogiando-os sempre que se observava tais atitudes, assim como também compartilhei experiências positivas e negativas de forma a orientá-los para um ambiente de aula agradável e propiciador de aprendizagem.

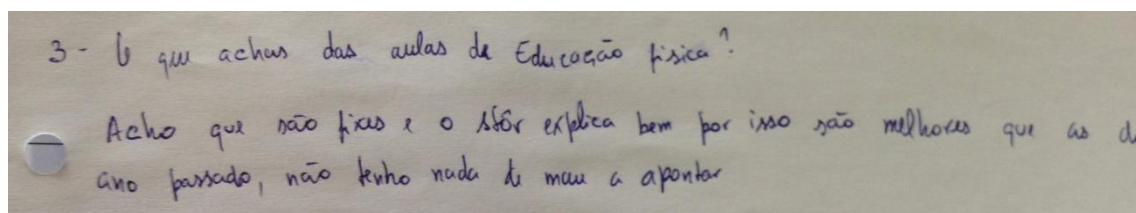
Em relação às aulas, foquei-me essencialmente em lecionar aulas motivantes e que espelhassem rigor, conhecimento e domínio dos conteúdos que estava a ensinar. Não foi fácil criar exercícios atrativos e motivantes, mas com o esforço, procura e trabalho, alcancei esse sucesso, criando aulas motivantes que evitassem assim a abstinência dos alunos nas aulas.

Prova disso, são as respostas dadas pelos alunos aos questionários realizados para autoavaliação no final dos períodos.



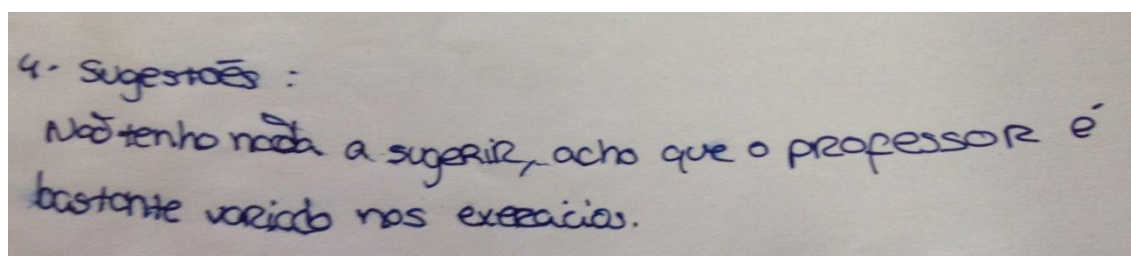
3- O que achas das aulas de Educação Física:
Eu acho que são educativas, interessantes, divertidas
embora fique muito cansada.

Figura 2 – Exemplo de resposta ao questionário da autoavaliação



3- O que achas das aulas de Educação Física?
Acho que são boas e o professor explica bem por isso são melhores que as do
ano passado, não tenho nada de mau a apontar

Figura 4 – Exemplo de resposta ao questionário da autoavaliação



4. Sugestões:
Não tenho nada a sugerir, acho que o professor é
bastante variado nos exercícios.

Figura 3 – Exemplo de resposta ao questionário da autoavaliação

Estes questionários basearam-se simplesmente nas seguintes perguntas: Autoavaliação? ; O que achas da tua prestação neste período?; O que achas das aulas de EF?; Sugestões?

Devido às respostas dadas pelos alunos nas *figuras 2, 3, 4*, só me deu vontade de trabalhar e insistir ainda mais em aulas motivadoras com exercícios diversos que desenvolvem as capacidades físicas, psicológicas e sociais. Estes são os objetivos propostos pela EF e é importante desenvolvê-los em todas as aulas. Parte da minha preocupação passou também pelo facto de nos anos anteriores, o professor de EF dos meus alunos não lhes ter despertado o interesse pela disciplina, o que provocou um acréscimo de trabalho em procurar estratégias para conseguir esse tal interesse pela disciplina.

Então, para tentar atingir tal interesse dos alunos pela disciplina, as estratégias utilizadas foram:

- Utilização de exercícios aquecimento pré-desportivos e lúdicos;
- Utilização de exercícios gerais, específicos e competitivos;
- Promover situações contextualizadas, próximas da realidade, de modo a estimular os alunos.
- Utilizar a competição como elemento motivador da aprendizagem;
- Evitar a repetição de exercícios;
- Realizar jogo da modalidade em questão, sempre que possível;
- Escolher em todas as aulas, um aluno responsável por ir buscar e recolher o material necessário à aula;
- Premiar os alunos com os últimos cinco minutos da aula livres (prática de uma modalidade à escolha), pelo bom comportamento (só nos casos em que todos apresentem comportamento adequado).

Tais estratégias e respostas apresentadas vão ao encontro do que refere Gould, Feltz, Weiss e Petlichkoff (cit. por Fonseca, 1995), os motivos apontados por jovens entre os 8 e 19 anos para a prática de exercício físico situavam-se no divertimento, melhoria da saúde, o desenvolvimento de

competências e desafio e a descarga de energias. Todos estes motivos enquadraram-se nos exercícios que lecionei este ano letivo e atenderam aos objetivos dos meus discentes.

Concluindo, todo o processo de realização da prática profissional foi pensado e repensado, atempada e pormenorizadamente, para atender aos objetivos dos alunos e da disciplina. Foi um processo muito importante e marcante para a construção do “eu” como futuro profissional e para a minha identidade profissional. Não foi tudo um “mar de rosas”, também errei, mas esses erros serviram para crescer e desenvolver as minhas capacidades, pelo que me deu oportunidade de vivenciar situações menos corretas, como por exemplo, verificar que um exercício não estava a atingir o objetivo desejado e não fui capaz de alterá-lo. Essas situações menos corretas serviram para no decorrer da prática profissional, observar que estava errado e assim poder reajustá-las para o bem da aprendizagem dos alunos.

4.1.3. Avaliação

Quando ouvimos falar de avaliação, pensamos logo no ato de avaliar algo, mas esta palavra tem várias definições.

Segundo Arends (1995, p.228), “a avaliação é uma função desempenhada pelo professor com o objetivo de recolher a informação necessária para tomar decisões corretas...importantes para a vida do aluno.” Completa proferindo que a mesma serve para julgar, atribuir valor e decidir sobre esse valor.

Segundo Machado (2011), avaliar consiste em fundamentar, conhecer, clarificar, negociar e legitimar a informação recolhida.

Neste sentido, a avaliação assume várias formas, sendo que o tipo de avaliação utilizado depende da finalidade para a qual a informação está a ser recolhida e do tipo de informação desejada (Rink, 1993).

Posto isto, existem várias modalidades de avaliação, sendo elas, avaliação diagnóstica, avaliação formativa e avaliação sumativa.

A avaliação diagnóstica consiste na observação inicial que se realiza aos alunos, na qual se realiza uma análise de conhecimentos e aptidões que o aluno deve possuir para poder iniciar novas aprendizagens.

Antes de começar a lecionar qualquer temática, comecei sempre pela avaliação diagnóstica. Foi uma ferramenta muito útil, visto que verifiquei se cada aluno possuía as aprendizagens anteriores necessárias para que novas aprendizagens tivessem lugar. Contudo, na realização da primeira avaliação diagnóstica senti algumas dificuldades, porque me senti um pouco nervoso, por ser o primeiro contato avaliativo que tive com os alunos. Entretanto, com as seguintes avaliações diagnósticas senti-me mais relaxado, utilizei uma observação mais minuciosa, pois eu entendo que a avaliação diagnóstica é mais complicada de realizar do que a sumativa. O facto de se ver pela primeira vez os alunos a realizarem os conteúdos provoca uma atenção maior nos conteúdos que estamos a observar e na comparação desses com a classificação atribuídas.

A avaliação formativa foca-se nos aspetos específicos de cada nova aprendizagem. É um método de o professor se auxiliar desta avaliação para reorganizar a sua prática pedagógica, sempre que necessário. Também poderá ser um instrumento para informar o aluno e o seu encarregado de educação, os professores e outros intervenientes, sobre a qualidade do processo educativo e de aprendizagem, bem como do estado do cumprimento dos objetivos do currículo. Esta modalidade foi realizada, através de diálogo entre professor-aluno, no decorrer das aulas, mais sensivelmente quando queria saber se os alunos tinham atingido o pretendido e que dificuldades tinham encontrado. Uma das mais importantes características da avaliação formativa é a capacidade em gerar, com rapidez, informações úteis sobre etapas vencidas e dificuldades encontradas, estabelecendo um feedback contínuo sobre o funcionamento do processo de ensino e aprendizagem. Com este tipo de avaliação é possível recolher dados para encontrar soluções de problemas e dificuldades surgidas durante o trabalho desenvolvido com o aluno.

Já a avaliação sumativa (anexo 6) é a modalidade de avaliação que melhor possibilita uma decisão relativamente à progressão ou à retenção do aluno, pois compara resultados globais, permitindo verificar a progressão de um aluno face a um conjunto lato de objetivos previamente definidos.

Esta modalidade observou-se um pouco constrangedora e complexa quando a realizei, pois não queria ser injusto com ninguém. Queria que as notas fossem ajustadas ao empenho e evolução dos alunos ao longo das aulas, mas com ajuda da professora cooperante, consegui chegar sempre a um consenso.

Contudo, uma vez que os professores são responsáveis pela avaliação dos alunos e as atribuições de classificações são de extrema importância para pais e alunos, pois têm consequências a longo prazo, este processo tornou-se bastante exigente para mim. Tentei sempre realizar uma avaliação fidedigna, utilizando parâmetros pertinentes e ajustados ao contexto.

Todo este processo padece de subjetividade por parte do professor, e então quando se trata de avaliar um gesto técnico ou uma atitude comportamental, essa torna-se um pouco mais acrescida (Arends, 1995). Para tal, foi necessário encontrar estratégias eficazes para reduzir a subjetividade e ser minucioso quanto aos critérios avaliativos.

Por fim, no decorrer do EP, as avaliações serviram para observar em que nível se encontravam os alunos e analisar se os objetivos propostos por mim tinham sido atingidos.

4.1.4. Importância das observações das aulas

Ao longo do ano letivo do EP, houve a necessidade de realizar momentos de observação, na qual se tornou um dos fatores de crescimento da minha experiência como futuro profissional.

Segundo Estrela (1986, p.62), “a assistência às aulas de um ou vários professores experimentados constituía naturalmente uma estratégia privilegiada da formação inicial dos docentes”. Quer isto dizer que a

observação se torna uma ferramenta de extrema importância pedagógica, visto que os professores iniciantes aumentarão a sua aprendizagem e aperfeiçoarão melhor a forma como devem ser lecionadas as aulas de EF.

A maneira que cada um realiza a observação e o que utiliza, depende da finalidade da sua observação. Alarcão e Tavares (1987, p.103) defendem que a observação é o “conjunto de atividades destinadas a obter dados e informações sobre o que se passa no processo de ensino/aprendizagem com a finalidade de, mais tarde, proceder a uma análise do processo numa ou noutra das variáveis em foco.”.

Seguindo a lógica destes autores, fundamento que a minha prática de análise passou por três sistemas de observação: Análise do tempo de aula; Sistema de observação do comportamento do aluno; Sistema de observação do comportamento do professor (Sarmiento et al., 1998).

Na análise do tempo de aula (anexo 5), o objetivo baseou-se em estudar a utilização do tempo de aula, focando a atenção na distribuição do tempo pelas diferentes atividades e tarefas.

Ao utilizar o sistema de observação do comportamento do aluno (anexo 8) o objetivo consistiu em estudar o comportamento dos alunos, permitindo traçar um perfil das suas características mais frequentes.

Já o sistema de observação do comportamento do professor (anexo 9) teve o mesmo fundamento que o sistema anterior mencionado, mas direcionado para o comportamento do professor traçando um perfil das suas características mais frequentes.

Estes três métodos comportavam uma série de categorias a serem observadas, mas diferentes em cada um. A forma como se procedeu a observação, foi através de uma medição por unidades de tempo e a linha onde foram registados os comportamentos estava dividida em segundos e minutos. Através deste registo obtinha-se a frequência com que determinados comportamentos aconteciam, que mais tarde se convertia em percentagens.

Todo o processo de observação é fundamental no processo de evolução como profissional, mas precisa de ser executado com alguma regularidade, também para podermos comparar a nossa forma de ensinar com a de outros

professores e poderemos compreender quais as melhores formas de lecionação. Contudo, há que tornar o ato de observar numa prática consciente e sistemática (Sarmiento, 1991).

4.2. Área 2 – Participação na Escola e relações com a comunidade

4.2.1. Direção de Turma – O papel do diretor de turma

De acordo com esta área, foi-nos proposto criar um elo de ligação com a direção de turma, e para tal optei por realizar um acompanhamento da diretora da turma que ficou a meu encargo. Esta tarefa tornou-se importante pelo facto de ficar a conhecer melhor o processo que se desenvolve quando se direciona uma turma da escola. E como qualquer profissional docente pode passar por este cargo, têm de estar preparado para o desempenhar devidamente.

Para muitas pessoas, o Diretor de turma é o nº1 de um conjunto de professores de uma turma e o que transmite as informações sobre os alunos às suas famílias, mas poucas conhecem o papel que este desempenha e a extrema importância que este tem.

Em análise ao papel do Diretor de Turma, órgão que é designado pelo diretor de entre os professores da turma, este coordena o trabalho do conselho de turma e do projeto curricular de turma. A par desta função, o DT também exerce funções relativamente aos alunos, aos professores e aos encarregados de educação.

Segundo o artigo 7.º do Decreto-Lei nº 115-A/98, são especificadas as suas competências:

“Artigo 7.º - Diretor de turma

2 – Sem prejuízo de outras competências fixadas na lei e no regulamento interno, ao diretor de turma compete:

- a) Assegurar a articulação entre os professores da turma com os alunos, pais e encarregados de educação;

- b) Promover a comunicação e formas de trabalho cooperativo entre professores e alunos;
- c) Coordenar, em colaboração com os docentes da turma, a adequação de atividades, conteúdos, estratégias e métodos de trabalho à situação concreta do grupo e à especificidade de cada aluno;
- d) Articular as atividades da turma com os pais e encarregados de educação promovendo a sua participação;
- e) Coordenar o processo de avaliação dos alunos garantindo o seu carácter globalizante e integrador;
- f) Apresentar à direção executiva um relatório crítico, anual, do trabalho desenvolvido.”

Como participante das reuniões de conselho de turma neste ano letivo (2014-2015), posso afirmar que, aquando da análise da avaliação individual dos alunos, participam os membros docentes, que podem ainda ser designados professores tutores, para acompanhamento particular do processo educativo de um grupo de alunos.

4.2.2. Reuniões da Escola

Durante a minha prática enquanto estagiário tive a oportunidade de participar em diversas reuniões realizadas na escola (reuniões de departamento, Direção de turma, conselho de turma, grupo de EF, juntamente com os intervenientes da escola, na qual tinham o objetivo de organizar e delinear todo o processo educativo com vista ao sucesso da escola e dos alunos.

As reuniões destinam-se a diferentes intervenientes, dependendo da finalidade da reunião. Estas servem fundamentalmente para encontrar as melhores estratégias de ensino, procurar a solução para eventuais problemas, discussão de resultados, ideias e opiniões, mas tudo em prol de um ensino de qualidade.

Quando iniciaram as reuniões na escola, senti que estava a entrar num novo mundo. O que conhecia na teoria, não se observou na prática. Tudo era mais complexo, mas originou uma integração mais eficaz naquele grupo docente. O facto de poder participar nas reuniões e discutir assuntos que só conhecia na teoria, criou um sentimento de ajuda que, infelizmente, não poderia aplicar. Isto porque, era jovem, não tinha qualquer experiência em questões interinas à escola.

Com o desenrolar do ano letivo, juntamente com ajuda da professora cooperante, as reuniões passaram a ser mais explícitas, já havia mais intervenção da minha parte e até dos meus colegas de estágio.

Foi uma experiência enriquecedora para mim, pois era nestas situações que me encontrava com vários docentes, havia a troca de experiências e opiniões, gerando assim um clima de cumplicidade, respeito e aprendizagem. Sinto-me deveras agradecido por participar ativamente nestas reuniões, visto que, em anos anteriores, nem todos os estagiários tiveram essa oportunidade.

4.2.3. Atividades desenvolvidas na escola ao longo do ano letivo

Para uma melhor integração do professor, é necessário este envolver-se com a comunidade escolar e insistir num contato mais direto com os intervenientes da escola.

Com isto, durante o ano letivo 2014/2015, houve uma série de atividades desenvolvidas pelo grupo de EF e Desporto Escolar, que me ajudaram a integrar ainda mais nesta instituição.

Na tabela seguinte, apresenta-se essas mesmas atividades, que respeitam dois eixos fundamentais da disciplina de EF. Eixo de intervenção 1 – Apoio à melhoria das Aprendizagens; Eixo de intervenção 2 – Prevenção do abandono, absentismo e indisciplina.

Quadro 1 – Atividades desenvolvidas pelo grupo de EF no ano letivo 2014/2015

DATA	ATIVIDADE	DESTINATÁRIOS	RESPONSÁVEL ATIVIDADE	OBSERVAÇÕES	EIXO/PROJETO
1º/2º/3º Períodos	Testes Treino Funcional / Fitnessgram	Alunos	Professor da Turma	Grupo de EF	Eixo 1 (Apoio à melhoria das Aprendizagens) Educação para a saúde
1º/2º/3º Períodos	Torneio de Futsal	Alunos	Estagiários da FADEUP	Professora Responsável pelos Estagiários	Eixo 2 (Prevenção do abandono, absentismo e indisciplina) Desporto Escolar
30 de Outubro de 2014	Dia do Desporto Escolar	Professores e Alunos	Professores do Desporto Escolar	Coordenação do Desporto Escolar	Eixo 2
15 de Dezembro de 2014	Corta Mato da Escola	Alunos	Professor da Turma	Grupo de EF/Coordenador do Desporto Escolar	Eixo 2
20 de Janeiro de 2015	Street Basket 3x3 (Compal Air)	Alunos	Professor da Turma	Grupo de EF/ Coordenador do Desporto Escolar	Eixo 2
13 de Fevereiro de 2015	Duplas de Voleibol Dia dos Namorados	Comunidade Escolar	Professor da Turma Estagiários da FADEUP	Grupo de EF	Eixo 2
26 de Fevereiro de 2015	Meeting Atletismo	Alunos	Professor da Turma	Grupo de EF	Eixo 2
5 de Junho de 2015	Festa do Desporto escolar	Comunidade Escolar	Grupo de Educação Física	Grupo de EF/ Coordenador do Desporto Escolar	Eixo 2
11 de Junho de 2015	Sarau de Ginástica	Comunidade Escolar e envolvente	Professores de Ginástica	Grupo de Educação Física	Eixo 2

Para que o estágio profissional fosse mais completo e mais enriquecedor neste ano letivo, teríamos de estar presentemente ativos numa modalidade do desporto escolar. Torna-se importante entender como funciona o Desporto Escolar, quais as suas estratégias, modelos de competição e a componente relativa ao treino de cada modalidade.

Para tal, inseri-me na modalidade de Desportos Gímnicos (Ginástica). Na qual, ajudava o professor responsável pela modalidade na lecionação dos treinos, às segundas-feiras, entre as 17h30 e as 20h30, juntamente com a minha colega de estágio.

A modalidade de Ginástica na escola do Cerco é muito requisitada, pelo que existem várias equipas. Também como se sabe, esta modalidade tem diversas disciplinas, como Ginástica Acrobática, Aeróbica, Artística, Grupo, Trampolins e Rítmica.

As funções desempenhadas por mim passaram por acompanhar os alunos que treinavam Ginástica de Trampolim, enquanto o professor responsável acompanhava os alunos de Ginástica Artística e de Grupo.

O professor indicava-me o que pretendia que desenvolvesse nos alunos, dando-me liberdade para lecionar os exercícios e criar uma progressão de ensino. Para além destas funções, efetuava sempre as ajudas na realização das habilidades técnicas de ginástica.

O grupo estava dividido durante a aula, porque os alunos apresentavam diferentes níveis de desempenho. Os alunos com melhor desempenho numa primeira fase desenvolviam a Ginástica Artística e mais tarde tinham liberdade para desenvolver a de Trampolins. Já os alunos com menor desempenho, desenvolviam apenas a Ginástica de Trampolins.

Esta parte do processo do estágio profissional serviu para adquirir ainda mais conhecimentos sobre a modalidade e o desporto escolar, visto que era a modalidade que menos conhecimento possuía.

De salientar, o trabalho desenvolvido pelo professor responsável, que criou um grupo respeitador, trabalhador, dinâmico e acima de tudo unido. Demonstrou ser um bom profissional, exigente, conseguindo criar um ambiente de aprendizagem, propiciando também uma boa relação entre professor-aluno.

Enquanto professor estagiário, só tenho a agradecer a este profissional pela oportunidade que me deu de poder trabalhar com este grupo e por me ter transmitido os seus conhecimentos sobre várias estratégias de ensino inerentes à ginástica.

Atividades na qual exercemos funções:

Corta-Mato da Escola

O Corta-Mato da escola encontra-se inserido no plano de atividades desenvolvida pelo grupo de EF e também no programa do Desporto Escolar.

Esta atividade destinou-se aos alunos da Escola Básica e Secundária do Cerco, decorrendo no dia 15 de Dezembro de 2014 e contando com a participação de cerca de 280 alunos, onde os melhores se classificaram para as provas regionais pertencentes ao Desporto Escolar.

Durante o Corta-Mato a tarefa que exerci foi a de posto de controlo, onde fiquei situado numa zona crítica da escola e tinha como obrigação impedir que os alunos fizessem batota e também cortar/abrir a pista quando fosse a volta pequena/grande do percurso. Tornou-se uma tarefa um pouco complicada, porque estive maior parte do tempo sozinho. Como os alunos a correr eram muitos e a distância entre os pontos em que os alunos poderiam fazer batota era um pouco grande, a minha função dificultou-se. Para além da tarefa de vigia, ajudei a preparar o espaço para a receção de prémios, coloquei as fitas sinalizadoras em todo o percurso antes de começarem as provas e ainda no final do evento ajudei a arrumar o material.

Por fim, apesar das dificuldades que passei, gostei da experiência e serviu para aprender um pouco mais sobre a organização deste tipo de eventos.

Torneio de Futsal

O torneio de futsal é uma atividade presente no plano anual de atividades que deve ser desenvolvida pelos professores estagiários de EF.

Esta atividade foi criada de modo a contemplar a participação dos alunos de todos os anos de escolaridade. Para tal, nós estagiários decidimos dividir o torneio pelos três períodos letivos e pelos três ciclos de ensino, ou seja, o 1º período destinou-se aos alunos do 2º ciclo, o 2º período aos alunos do 3º ciclo e o 3º período aos alunos do ensino secundário. Para conseguir uma melhor integração e apelar a participação de muitos alunos, insistimos na inscrição de equipas que incluíssem alunos do sexo masculino e feminino.

De modo a conseguir uma boa organização e gestão do torneio, foram criadas fichas de inscrição (anexo 8), fichas de jogo, quadros competitivos (anexo 9) e um regulamento do torneio a ser entregue pelos professores de EF e funcionários das instalações desportivas às turmas inscritas.

A organização do torneio decorreu muito bem. Através do quadro competitivo afixado nos pavilhões e buffet, as equipas já sabiam qual a hora do jogo, o campo em que iam jogar e a equipa que iam defrontar. Para facilitar a gestão do torneio, as funcionárias dos pavilhões ajudaram na distribuição dos balneários e na entrada e saída dos alunos.

Durante a realização dos jogos, a minha colega de estágio exercia a função de árbitra de mesa, enquanto eu e o outro colega de estágio éramos os árbitros de campo.

Os jogos eram realizados às quartas-feiras, no final de cada período, visto que era nesses dias que os alunos não tinham aulas.

O torneio decorreu de forma satisfatória e até ultrapassou as nossas expectativas. Pensávamos que o facto de haver alunos problemáticos inscritos, iriam criar adversidades, mas tal facto não se observou, antes pelo contrário, ajudaram a que os jogos decorressem da melhor forma. Todos os alunos envolvidos apresentaram um bom desempenho e não cometeram nenhuma infração nem faltas de respeito.

Um ponto negativo que tenho a apresentar, é o facto de haver poucas equipas inscritas, visto que houve uma divulgação antecipada de modo a expectar várias inscrições, já que o “futebol” é o desporto rei.

Basquetebol 3x3 “Compal Air”

O torneio “Compal Air” também está inserido no plano anual de atividades do grupo de EF e do Desporto Escolar. Foi destinado aos alunos da escola, premiando as melhores equipas com a passagem aos jogos regionais.

Neste dia houve muita aderência por parte dos alunos, conseguindo a participação de alunos dos dois géneros. A aderência foi tanta que o pavilhão se encheu de gente, proporcionando um ambiente de espetáculo.

Para tal afluência, houve a necessidade de ajuda por parte dos professores de EF e ainda dos alunos do curso Desporto. Estes últimos encarregaram-se de realizar a função de árbitro de mesa e de jogo, enquanto nós professores supervisionávamos e ajudávamos nessa função de arbitragem.

Saliento que o torneio correu da melhor forma, devido a uma boa organização e gestão por parte dos professores e alunos de Desporto. Também foi importante a grande afluência dos alunos neste torneio, porque demonstrou a pretensão e adoração dos presentes por este desporto.

Duplas de Voleibol

O torneio Duplas de Voleibol, também designado por “duplas românticas”, realizou-se no dia 13 de Fevereiro, de forma a comemorar o dia de São Valentim e promover a participação de equipas mistas.

A atividade foi criada para que toda a comunidade participasse, contando com alunos, professores e funcionários da escola.

Uma vez mais, foi uma atividade que exigiu a nossa colaboração (estagiários de EF) e dos alunos do curso de Desporto. As funções realizadas

por mim foram, a montagem dos campos e ajuda na arbitragem dos jogos de Voleibol.

Este evento decorreu bem, realizou-se durante toda a manhã, mas não superou as expetativas. Esperava-se mais afluência por parte da comunidade, o que demonstrou ser um ponto negativo a apontar.

4.2.4. Visita de estudo a Bragança

A Visita de Estudo a Bragança, uma atividade inserida no plano de atividades da escola, destinou-se aos alunos do 2ºciclo (5º e 6ºano). Realizou-se no dia 10 de Abril de 2015, com o objetivo de visitar a cidade, o museu ibérico, o museu da ciência viva e o centro de arte contemporânea Graça Morais.

Por impossibilidade da nossa professora cooperante poder acompanhar a turma do 5ºI na viagem, foi-me pedido para ocupar o lugar dela. O facto de acompanhar a turma foi um privilégio e tornou-se uma tarefa fácil, porque já tinha sido professor deles no 2º período. Esta viagem só teve aspetos positivos, senti-me extremamente orgulhoso por conseguir manter os alunos organizados, bem comportados e também por conseguir ter momentos de afetividade com eles e os professores. O único aspeto negativo a realçar, foi o facto de não visitarmos o castelo de bragança por nos termos atrasado na partida da viagem.

Os professores foram sempre impecáveis comigo e trataram-me como um profissional e colega, proporcionando-me momentos de convívio que nunca tinha tido.

4.3. Área 3 – Desenvolvimento Profissional

4.3.1. “Cercool Desportivo – Um programa em busca da melhoria do comportamento dos alunos nas aulas de Educação Física”

4.3.1.1. Resumo

Este projeto, intitulado “Cercool Desportivo”, teve como objetivo a busca da melhoria das aulas de Educação Física, a nível do desempenho e comportamento dos alunos de uma turma da Escola Básica e Secundária do Cerco. O Cercool Desportivo foi criado unicamente para a disciplina de Educação Física, utilizando parte do projeto “Cer_cool” da Escola Básica e Secundária do Cerco, e ainda algumas linhas orientadoras do Modelo de Educação Desportiva de Siedentop (1994). Ao longo de sete semanas, realizou-se o programa, completando um total de 11 aulas pertencentes ao terceiro período letivo, na qual os alunos da turma foram observados e pontuados relativamente a itens negativos e positivos integrantes do programa. Para uma observação mais viável, utilizou-se uma ficha guia nessas 11 aulas, onde indicava os itens a serem avaliados. No final de cada aula, as fichas guia serviam para assinalar a pontuação obtida, e assim transpô-la para um quadro de resultados criado no *programa microsoft excel*. Durante o período de implementação do programa e através da análise dos dados, conseguiu-se observar diferenças no comportamento e desempenho dos alunos nas aulas de Educação Física. Comparado com os dois períodos iniciais, o terceiro período, através do Cercool Desportivo, melhorou significativamente. Com a análise realizada, concluiu-se que parte da mudança dos alunos foi promovida pela competição, cooperação e espírito de grupo presente em todas as aulas.

PALAVRAS-CHAVE: CER_COOL, CERCOOL DESPORTIVO, COMPETIÇÃO, MODELO DE EDUCAÇÃO DESPORTIVA

4.3.1.2. Introdução

A evolução da sociedade e da tecnologia tem vindo a exigir uma qualificação académica e profissional mais elevada, fazendo aumentar a importância da escolaridade e condicionando o prolongamento do tempo obrigatório de formação académica. A escolaridade obrigatória emergiu no fim da década de 60, para quatro anos, mas atualmente esta comporta uma obrigatoriedade até aos 18 anos.

A escola tem, no entanto, levado tempo a adaptar-se à evolução da sociedade. A escolaridade universal transformou-a numa escola de massas, sem que tivesse havido grandes alterações na sua estrutura e na sua cultura. O abandono e o insucesso escolares são apenas alguns dos problemas que daí decorrem (Zenhas, 2006).

Queirós, F. (1991) refere que *“A escola que temos é chata, triste e monótona, monocórdica, repetitiva e rígida, desprovida de criatividade, de espontaneidade e de atualidade, desfasada com a psicologia dos alunos, a sociologia do meio e a filosofia da educação”*.

Com base nestas palavras pode-se afirmar que a escola não pode ser apenas um lugar onde se ensina e aprende um certo número de saberes e onde se avalia todos por igual. Há que estimular as próprias capacidades dos alunos, implementar uma filosofia que inspire a escola, aplicar outro relacionamento entre agentes e reagentes do processo educativo em termos de cultura e lazer (Queirós, F. 1991).

Posto isto, o professor está ligado, de forma implícita, à aprendizagem do aluno. Segundo Piéron (1999), o seu comportamento mais ou menos eficaz depende das suas conceções da EF e sobre o que representa um ensino de qualidade; dos conhecimentos específicos das matérias; e a perceção da situação que depende de uma eficaz observação pedagógica.

O tema deste estudo proveio essencialmente de problemas com que me deparei nas aulas de EF, primordialmente, o absentismo na realização de alguns exercícios, a falta de material por parte dos alunos e a indisciplina.

O “Cercool Desportivo” é um projeto de investigação-ação que vai ao encontro desses mesmos problemas e que nasce de um cruzamento entre o programa Cer_cool, criado pelo Agrupamento de Escolas do Cerco (AEC), e o Modelo de Educação Desportiva (MED) de Siedentop (1994).

O “Cer_cool” criado pelo AEC, é a designação dada ao projeto-piloto de cariz competitivo (jogo) entre as turmas do 2º ciclo, no ano letivo 2014-2015, com o objetivo de reduzir a indisciplina e o absentismo. O jogo consiste numa competição entre as turmas (equipa) e utiliza como critérios:

- O comportamento (faltas disciplinares, atraso e material);
- O aproveitamento escolar (alunos sem níveis negativos);
- A participação em atividades escolares (a selecionar do plano anual de atividades da escola);

Através da soma ou subtração de pontos obtidos nos diversos critérios acima enumerados, será atribuído uma classificação. No final do 1º e 2º período, as turmas que ficarem classificadas nos três primeiros lugares, terão um prémio surpresa, mas a turma que obtiver o 1º lugar no final do 3º período, terá direito a um prémio maior.

Já o MED de Siedentop (1994) é um modelo que advoga a colocação da educação lúdica num lugar destacado nas orientações curriculares da EF, que procura a formação pessoal e social do aluno e promove experiências educacionalmente ricas e autênticas na aula de EF. Pretende construir alunos desportivamente literatos, competentes e entusiastas.

Tal como diz Corbin e Siedentop (cit. por Mesquita e Graça, 2009, p. 60), um aluno literato é um cidadão desportivamente culto, que distingue a boa da má prática desportiva e identifica os valores do desporto. Um aluno entusiasta participa e comporta-se de forma a preservar, proteger e realçar uma cultura desportiva, tanto numa comunidade local como nacional. Um aluno desportivamente competente apresenta capacidades suficientes para participar no jogo de forma satisfatória.

Portanto, a ideia deste projeto foi juntar estes dois, Cer_cool e MED (algumas diretrizes), a fim de combater os problemas observados nas aulas de EF e também de se centrar nos objetivos do PEA. Assim sendo, os objetivos

centrais do PEA: melhorar a qualidade das aprendizagens traduzida no sucesso educativo dos alunos; combater a indisciplina, o abandono escolar precoce e o absentismo; criar condições para a orientação educativa e a transição qualificada da escola para a vida ativa; motivar alunos para o trabalho em equipa.

Então, o “Cerceol Desportivo” realizou-se exclusivamente para a turma do 10ºC, ao longo de sete semanas, completando um total de 11 aulas pertencentes ao terceiro período letivo. Não havendo competição entre turmas, promoveu a competição entre a turma, mas para tal esta foi dividida em dois grupos (equipas). Cada equipa tinha um capitão, que alterava a cada semana, a fim de ser responsável pelos atos, comportamentos e decisões da mesma. Em todas essas aulas utilizou-se uma ficha guia composta pelos itens a serem avaliados e observados, na qual seria dada uma pontuação a estes a fim de bonificar ou penalizar as equipas. Os resultados dessas fichas eram colocados num quadro de referência, para que no final do programa concedesse um vencedor final. Cada equipa escolheu um prémio final e a que conseguisse atingir o 1º lugar tinha direito ao prémio escolhido.

A implementação deste projeto, levou a uma operacionalização de estratégias que promoveram a inclusão e colocou os alunos a assumirem papéis diversificados e um vasto leque de responsabilidades.

4.3.1.3. Revisão da Literatura

4.3.1.3.1. A Escola

Tradicionalmente, a escola é vista como uma instituição que ensina alunos sob o comando de professores, constituída por vários níveis de escolaridade. Esta passou por processos de transformação consoante a cultura em que se encontrava, ou seja, teve uma realização inicial como instituição familiar, como instituição militar, passando pelo desenvolvimento de uma escola enquanto instituição religiosa para mais tarde se transformar em instituição do estado. Para reforçar este processo, Caixeiro (2014, p.14) refere que a escola, para além de ter como missão cumprir uma função social de extrema importância, ao ter entre mãos, a tarefa de ensinar/aprender, teve, ao longo dos séculos, de integrar, resistir, transformar-se, reformar-se, reorganizar-se, e, principalmente, continuar e perpetuar-se como uma organização vital para a sociedade contemporânea.

Pensar na escola requer antes reconhecer que ela é uma organização capaz de produzir cultura, potencializar a criação e a capacidade de transformação da realidade, pois é constituída por pessoas que se encontram em um determinado tempo e espaço.

Cury (1995, p. 87) refere que a escola tem um importante papel para a sociedade porquanto objetiva criar relações entre os sujeitos e a sociedade. Este aspeto apresenta importância visto que cada escola produz a sua própria cultura a partir das vivências e experiências do quotidiano. Essa cultura é o que distingue cada organização das restantes e agrega os membros da instituição em torno de uma entidade partilhada.

A escola como instituição é um meio transmissor da cultura, da “verdadeira cultura”, passa a ser concebida como um espaço de cruzamento, conflitos e diálogo entre diferentes culturas. Pérez Gómez (1998) propõe que entendamos hoje a escola como um espaço de “cruzamento de culturas”.

Este cruzamento de culturas tem os seus benefícios, mas também os seus malefícios. A escola abre espaço a um vasto leque de problemas, que hoje em dia abrangem na generalidade a escolas de todo mundo.

4.3.1.3.2. A indisciplina na escola

Seguindo a lógica do ponto anterior, a escola enfrenta vários tipos de problemas, devido a sociedade em que nos encontramos.

Para Feliciano Veiga (1999) vários autores consideram a indisciplina como um dos primeiros problemas nas escolas atuais. O stress relacionado com a indisciplina é o fator mais influente no fracasso dos professores, sobretudo nos professores mais jovens e durante os primeiros dez anos de atividade profissional.

Anos mais tarde, o mesmo autor, Veiga (2007), reforça a sua argumentação e refere que nos últimos anos houve um agravamento de comportamentos de indisciplina e violência nas escolas. Deste modo, poderemos questionar sobre as razões deste agravamento. A indisciplina na escola tem sido relacionada a fatores internos e externos à escola. Nos fatores internos, evidenciam-se a natureza do currículo, as condições de ensino aprendizagem, a relação interpessoal. Nos fatores externos destacam-se o ambiente familiar dos alunos, a violência social, a influência da média.

A indisciplina na escola é um tema educativo que compõe uma preocupação para os atores educativos: professores, alunos, pais ou encarregados de educação e sociedade em geral. Esta preocupação tem que ser eliminada e, para tal, alguém tem que contrariar esta tendência e isso passa pelo professor na sua sala de aula. Algo que Veiga (1999) já tinha pedido: *“(...) levai os vossos alunos a responder pelos seus actos, humanamente, pois é desta maneira que eles poderão aprender a tornar-se seres responsáveis”*. Concordo com as palavras deste autor, mas a prevenção da indisciplina requer a família primeiramente e depois a escola. A escola deve assumir a sua responsabilidade na formação da consciência moral dos jovens, quer através do tipo de conteúdos que ensina, quer através da maneira como tais conteúdos são transmitidos.

Quando falamos em indisciplina, evocamos um conjunto de violações realizadas na sala de aula. Deste modo, Amado (2001) distingue indisciplina a três níveis: “O desvio às regras de trabalho na aula”; “Perturbação das relações

entre pares”; “ Problemas da relação professor-aluno”. Na perspectiva de Veiga (2007, p. 15), “A indisciplina é a transgressão das normas, prejudicando as condições de aprendizagem, o ambiente de ensino ou o relacionamento das pessoas nas escolas”.

Portanto, a indisciplina retrata-se como um incumprimento das regras prejudicial ao bom funcionamento da aula, afetando essencialmente a aprendizagem do aluno e a lecionação do professor.

Focando a aula de Educação Física, este tipo de problema também se observa. Segundo um estudo realizado por Maria Oliveira (2001), os comportamentos inapropriados na aula de EF são muito frequentes, na sua grande maioria relacionados com a atividade e normalmente controlados ou prevenidos através de intervenções verbais de carácter tutorial ou antecipatório. De acordo com Amado e Freire (2009), a infração das regras de indisciplina verifica-se com todos os professores, embora em graus e frequências diversas e em função de certas variáveis, nomeadamente, sexo, idade e categoria profissional.

Contudo, um profissional tem de ser capaz de intervir a ponto de conseguir um bom funcionamento da sua aula.

4.3.1.3.3. A intervenção da Educação Física e do Professor de Educação Física

Um profissional de Educação Física tem de refletir e criar estratégias de combate a esses problemas encontrados na sua aula. Esses problemas podem que ser afetados por múltiplos fatores, como pessoais, sociais e psicológicos. Então, há que procurar modificar a maneira como se leciona os conteúdos, aplicando novas estratégias focadas nesses fatores (pessoais, sociais e psicológicos).

Promover os objetivos do aluno ativos e construtivos é um ponto que cada professor pode estudar, baseando-se nos seus recursos pessoais, nos seus valores, para estabelecer uma técnica própria (Veiga, 1999).

Poderá apoiar-se um pouco na Psicologia do Desporto. Esta tem estudado e atuado em situações que envolvem motivação, personalidade, agressão e violência, liderança, dinâmica de grupo, bem-estar dos alunos e caracteriza-se como um espaço onde o objetivo principal é a nível social, educacional e clínico.

O profissional de EF pode desenvolver um bom trabalho com os seus alunos se os ensinar focando-se nas situações acima referidas. Tudo passa pelo saber ensinar, a “arte de ensinar”, que hoje em dia se designa por “didática”.

O termo “didática” foi instaurado por Comenius (Jan Amos Komensky) em “Didática Magna” (1657). Durante séculos, a didática foi entendida como técnicas e métodos de ensino, sendo a parte da pedagogia que respondia somente por “como” ensinar. Tradicionalmente, os elementos da ação didática são: professor, aluno, conteúdo, contexto e estratégias metodológicas.

Atualmente, didática é uma área da Pedagogia, uma das matérias fundamentais na formação dos professores, denominada por Libâneo (1990) como “teoria do ensino” em investigar os fundamentos, as condições e o modo de realização do ensino. Segundo Libâneo (1990), pretende-se converter objetivos sócio-políticos e pedagógicos em objetivos de ensino, selecionar conteúdos e métodos em função desses objetivos, estabelecer ligações entre ensino e aprendizagem, tendo em vista o desenvolvimento das capacidades intelectuais dos alunos.

Sem descurar a importância dos conteúdos a lecionar, o profissional de EF também tem de ter em conta o desenvolvimento pessoal e social do aluno, pois é fundamental para a sua aprendizagem e evolução.

Segundo Rosado (1998), a reflexão pedagógica tem vindo a sublinhar, nas diversas áreas da Educação, a necessidade de dar corpo a ideias associadas à intervenção no plano do desenvolvimento sócio-afetivo dos alunos, no plano do seu desenvolvimento pessoal e social, presente na necessidade de a Escola, fugindo à sua tradição disciplinar e académica, contribuir para aspetos da formação dos jovens que envolvem a sua

capacidade de enfrentar múltiplos problemas sociais que a sua integração social envolve.

Cunha (1993) considera, nesta linha de pensamento, que o desenvolvimento pessoal e social terá de se centrar sobre a interiorização de valores morais e espirituais num contexto de desenvolvimento cognitivo e moral e na aquisição de competências de vida relacionadas com áreas como a saúde, a ecologia, a relação interpessoal, etc.

A formação do indivíduo é totalmente importante, não basta aprenderem as matérias, preencherem-se de conhecimento, se como pessoas não evoluírem. Neste aspeto, o profissional de EF tem um papel fundamental, visto que a EF é a disciplina mais completa incutida nos currículos escolares, porque é a única que desenvolve nos seus praticantes os domínios psicomotor, cognitivo e sócio-afetivo, todos eles representando, de uma forma ou de outra, intenções particulares de facilitação do desenvolvimento pessoal e social.

É nas aulas de EF que se poderá ter um papel fundamental na eliminação dos problemas hoje em dia encontrados nas escolas (a indisciplina, o insucesso escolar, o abandono escolar, o absentismo, etc.), mas também na construção de pessoas responsáveis, competentes, entusiastas e literatas.

O mesmo se poderá dizer quanto ao desenvolvimento de competências de relação interpessoal, envolvendo estímulos educativos tendentes a consciencializar e clarificar o papel do participante nos diversos grupos sociais em que se insere, a reconhecer a importância da confiança, da reciprocidade, da cooperação, da liberdade e da responsabilidade pelos outros e no que se refere ao desenvolvimento de competências de comunicação no âmbito da participação ativa, crítica e responsável nos grupos a que pertence (Rosado, 1998).

Concluindo, se continuarmos a insistir no método tradicional de ensino sem nos preocuparmos com os alunos enquanto pessoas, os problemas continuaram a existir. Wall (1983) afirma que, “(...) *é necessária uma revolução nas nossas ideias e conceitos básicos sobre a educação dos adolescentes*”. Sendo assim, não poderemos ficar indiferentes às realidades, como

profissionais temos de avaliar, refletir e agir em prol de uma aprendizagem e um ensino de sucesso.

4.3.1.4. Objetivos

O presente estudo tem como principal objetivo a busca da melhoria do comportamento dos alunos nas aulas de Educação Física, mas com repercussões na Escola em si.

Com base no objetivo principal, pretende-se que haja:

- Melhoraria da qualidade das aprendizagens traduzida no sucesso educativo dos alunos;
- Combate à indisciplina, o abandono escolar precoce e o absentismo;
- Criação de condições para a orientação educativa e a transição qualificada da escola para a vida ativa;
- Motivação dos alunos para o trabalho em equipa.

4.3.1.5. Metodologia

4.3.1.5.1. Caraterização da Amostra

O efetivo da amostra foi constituído por 14 indivíduos pertencentes à população escolar e à mesma turma. Trata-se de um grupo de alunos que frequentaram uma turma do ensino secundário. O estudo foi realizado com base em duas equipas, sendo elas representadas por 7 indivíduos cada. Do total de indivíduos, 6 são do sexo masculino e 8 do sexo feminino, com idades compreendidas entre os 15 e os 20 anos.

A seleção e divisão dos grupos baseou-se no conhecimento sobre a performance dos alunos nos períodos anteriores, de forma a criar um equilíbrio entre equipas.

Como este estudo segue os três eixos fundamentais do MED, a competência desportiva, a literacia desportiva e o entusiasmo pelo desporto,

torna-se fundamental saber quantos alunos é que praticam uma modalidade desportiva fora da escola.

Para um melhor entendimento dos dados disponíveis, a quadro seguinte apresenta essa quantidade.

Quadro 2 – Descrição do número de alunos quanto à sua prática desportiva extra escola

Grupo/Descrição	Pratica modalidade desportiva extra escola	Não pratica modalidade desportiva extra escola
Sexo Feminino	1	7
Sexo Masculino	3	3

4.3.1.5.2. Procedimentos metodológicos e Análise de dados

Durante as sete semanas em que foi implementado o projeto, todas as onze aulas foram observadas e registadas através de uma ficha guia criada para o efeito. No final dessas aulas o registo apresentado na ficha guia era traduzido para uma ficha de resultados, onde era possível observar a pontuação e classificação das equipas.

A ficha guia sendo um suporte para realizar a observação de todas as aulas, comportava 12 itens essenciais à observação, respeitantes do cruzamento do jogo Cer_cool e do MED:

Quadro 3 – Referência dos itens observados com pontuação negativa

Pontuação Negativa	
Faltas injustificadas: Sempre que um aluno faltar à aula e esta falta não seja justificada.	-3
Faltas de material: Entende-se por falta de material sempre que um aluno não trazer o material adequado para a realização da aula de EF (sapatilhas, calças desportivas/calções, t-shirt/camisola).	-2

Faltas de atraso: Sempre que um aluno chegar à aula depois dos 10 minutos de tolerância.	-1
Não realizar aula/exercício: Sempre que um aluno se recusar a realizar a aula ou um exercício.	-1
Conduta antidesportiva: Sempre que um aluno apresentar um comportamento inadequado e violar as regras de jogo.	-1

Quadro 4 – Referência dos itens observados com pontuação positiva

Pontuação Positiva	
Fair-play: Entende-se o ponto por fair-play sempre uma equipa jogar justo, limpo e apresentar espírito desportivo, mesmo que perca o jogo/competição.	1
Vitórias em competição: Entende-se por vitórias em competição, o nº de vezes que uma equipa obtiver vitória num jogo ou exercício de competição.	2 (vitória); 1 (empate)
Cooperação e entreajuda: Sempre que se observar uma ajuda mútua entre elementos da mesma equipa durante a aula. (Será pontuada com 2 pontos a equipa que sobressair mais neste ponto).	1 a 2
Arbitragem: Entende-se por ponto de arbitragem, sempre que uma equipa apresentar uma boa prestação quando estiver a arbitrar um jogo ou exercício de competição.	1
Festividade: Sempre que uma equipa festejar, apresentar gritos de vitória e comemorar efusivamente no decorrer da aula.	1
Criatividade: Sempre que uma equipa for criativa, será contabilizado o nº de casos em que isso se observar (ex: escolher cor de equipamento, apresentar hino ou grito de guerra, escolher um nome de equipa, etc.).	1
Bónus Líder: Sempre que o aluno que estiver a liderar a sua equipa e apresentar um comportamento adequado desta função. O líder tem que manter a sua equipa organizada, incentivar a sua equipa, tomar decisões, respeitar e ser respeitado e ainda apresentar um verdadeiro espírito de comandante.	1

Para a realização deste estudo, foi obtida a autorização dos responsáveis a serem observados (alunos). Foi criada uma declaração (Anexo 10), onde estes tomaram conhecimento do estudo, assinaram-na a fim de permitirem ser alvo do estudo.

Os locais utilizados para este estudo foram espaços destinados à prática das aulas de EF. Para a realização das aulas onde se praticou desportos coletivos, foi utilizado o pavilhão multiusos, mas para a prática dos desportos individuais, para além do pavilhão, foi utilizado o espaço exterior, que é um espaço também destinado à prática de desportos.

Como já referido anteriormente, as observações basearam-se em onze aulas, sendo utilizado para tal uma ficha guia, composta por itens relacionados com o projeto Cer_cool (AEC, 2014/2015) e com o MED (Siedentop, 1994). Cada aula era composta por 90 minutos, tendo cada uma tempo útil de aproximadamente 70 minutos.

A análise dos dados foi efetuada através de uma estatística simples (cálculo) criada no *Programa Microsoft Excel*, registando e comparando dados obtidos nas aulas de EF.

Todos os procedimentos de recolha e análise de dados foram compartimentados num computador portátil Samsung NP305E5A.

4.3.1.6. Apresentação e discussão dos resultados

De um modo geral, é evidente que a forma como cada estudante vive a sua formação, depende de vários fatores. Cabe ao professor compreender os seus alunos e tentar ajudá-los no seu processo de formação.

Em maior parte das aulas, foram identificados algumas características definidas por Siedentop (1994) para o MED, como sendo fatores positivos nas aulas. Segundo o observado e a opinião dos alunos, a competição, a filiação, a festividade, o evento culminante, foram características que tornaram as aulas ainda mais interessantes do que eram. Estas tiveram o efeito desejado, criando

assim nos alunos sentimentos de motivação, inclusão, responsabilidade, autonomia, cooperação, entre outros.

Como forma de comprovação deste facto, os seguintes gráficos demonstram a evolução que houve devido ao programa Cercool Desportivo. O programa só começou a ser implementado no 3º período escolar, mas para que haja uma melhor compreensão e um entendimento dos motivos que levaram a aplicar o “Cercool Desportivo”, é necessário apresentar dados relativos aos períodos anteriores.

Os seguintes quadros representam a análise de dados relativa aos incidentes dos três períodos letivos.

Quadro 5 – Incidentes observados no 1º período nas aulas de Educação Física

Aluno nº	Faltas justificadas	Faltas Injustificadas	Faltas de atraso	Faltas de Material	Não realização da aula/exercício	Conduta antidesportiva
7			2			
22						
32					1	2
2						
16						
10			4	2	2	
37						
34		2	1		1	
8					1	
36						
18			4			
23	2			2		
1	2					
27	2		2		3	

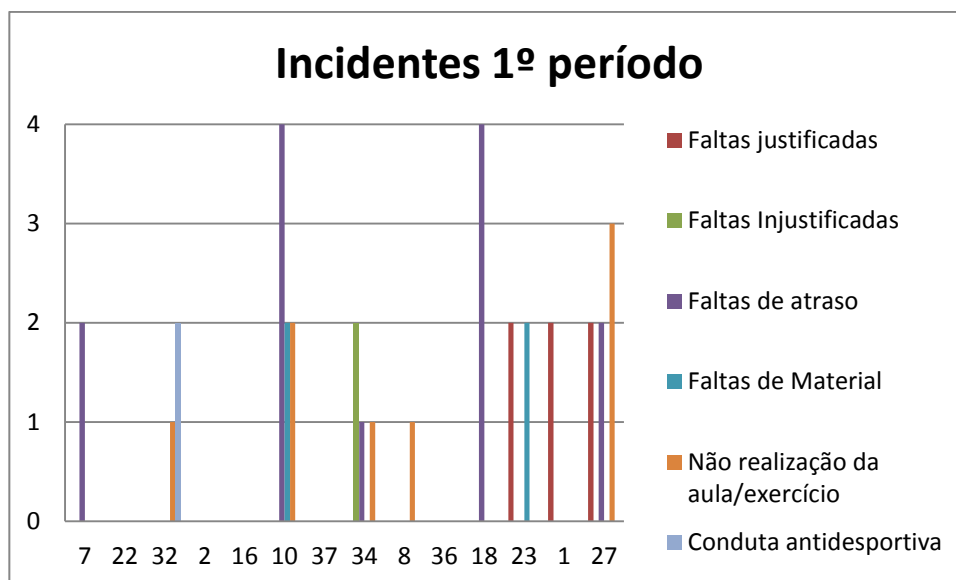


Figura 5 – Incidentes observados no 1º período nas aulas de Educação Física

O início do ano letivo, não começou da melhor maneira, o que me levou a criar um registo diário dos incidentes negativos que decorriam na turma, durante a aula de Educação Física. Através de um documento criado, essencialmente para marcar as presenças nas aulas, e das reflexões das aulas, foi possível obter estes dados.

Este período letivo, como é uma fase de adaptação à escola e aos intervenientes escolares, provoca nos alunos alguns sentimentos positivos e também negativos. Visto que é necessário haver interesse e motivação para frequentar a escola/aulas, nem sempre a adaptação é positiva e pode ser um período marcado por algumas irregularidades. As faltas às aulas, os atrasos, as faltas de material e atitudes negativas nas aulas, são ações que se observam muitas vezes devido a inúmeros fatores.

Como se pode observar no gráfico 1, houve muitos incidentes no que diz respeito às faltas e à não realização do exercício. O gráfico apresenta 8 faltas às aulas (justificadas e injustificadas), 13 faltas de atraso, 4 de material, 8 incidentes de não realização do exercício e 2 incidentes de conduta antidesportiva (comportamento inadequado à aula de EF).

O 1º Período foi longo, mas não é motivo para haver tantos incidentes. Nota-se clara evidência nas faltas de atraso e abstinência nos exercícios, pelo

que não são dados satisfatórios e foi uma das razões para aplicar o programa “Cercool Desportivo”.

Quadro 6 – Incidentes observados no 2º período nas aulas de Educação Física

Aluno nº	Faltas justificadas	Faltas Injustificadas	Faltas de atraso	Faltas de Material	Não realização da aula/exercício	Conduta antidesportiva
7			1			
22						
32					1	1
2						
16						
10			3	1	1	
37					9	
34			1			
8						
36						
18			3			
23	2				1	
1	2					
27	6	4		2	2	

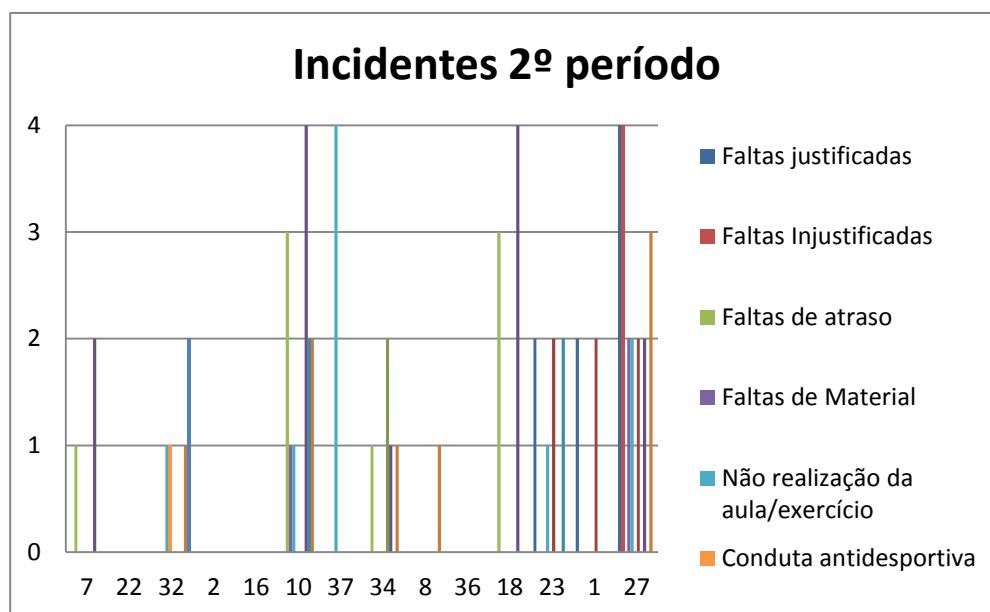


Figura 6 – Incidentes observados no 2º período nas aulas de Educação Física

No 2º Período observou-se uma pequena melhoria nas ações negativas da turma, mas com a entrada de uma aluna nova (nº37) houve um comportamento que se evidenciou mais.

O gráfico 2 apresenta 14 faltas (justificadas e injustificadas), 8 faltas de atraso, 3 de material, 14 por não realização de exercícios e 1 por conduta antidesportiva.

Neste gráfico o que se destacou mais foi a ação “não realização da aula/exercício”. O motivo pela qual esta aumentou foi porque entrou uma aluna nova (nº37) na turma, vinda de França. Esta aluna por várias vezes se recusou a realizar tarefas propostas nas aulas e insistia que estava contrariada naquela escola. O seu motivo de desmotivação era o de não estar com os seus amigos e de não estar a frequentar o curso que pretendia.

Este foi mais um motivo para que o programa “Cercos Desportivos” fosse aplicado, pois não se pretendia lecionar aulas a alunos desmotivados e contrariados na aula.

Quadro 7 - Incidentes observados no 3º período nas aulas de Educação Física

Aluno nº	Faltas justificadas	Faltas Injustificadas	Faltas de atraso	Faltas de Material	Não realização da aula/exercício	Conduta antidesportiva
7		1				
22						
32					2	2
2						
16						
10				1		
37						
34						
8						
36						
18						
23				1		
1						
27				2		

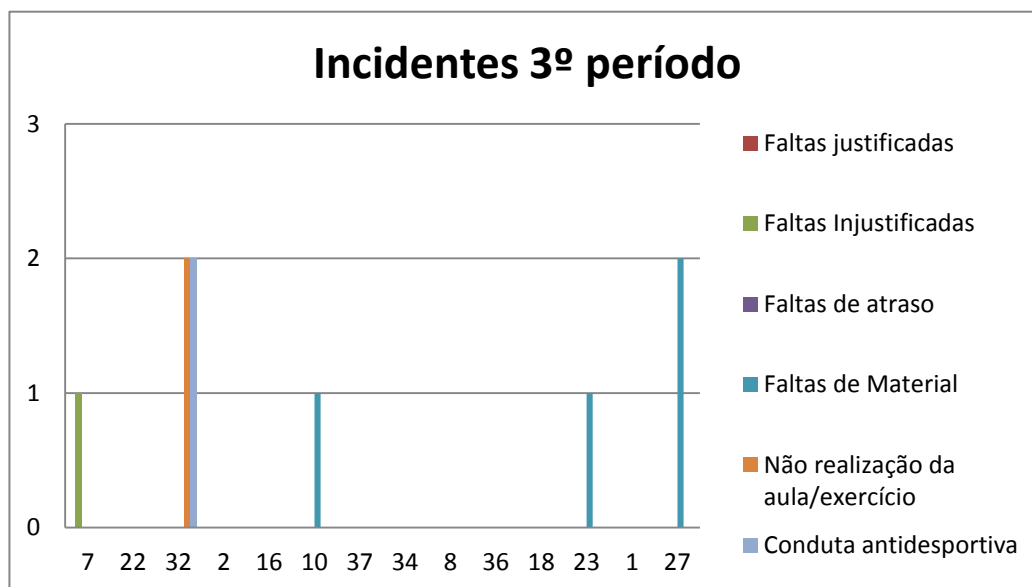


Figura 7 – Incidentes observados no 3º período nas aulas de Educação Física

O gráfico sobre os incidentes do 3º Período, período no qual foi aplicado o “**Cercool Desportivo**”, demonstra a evolução e melhoria que se conseguiu através do programa. O número de incidentes diminuiu significativamente neste período e muito por culpa das responsabilidades assumidas pelos alunos e pela competitividade imprimida por eles.

Apenas se observa 1 falta injustificada, 4 faltas de atraso, 2 faltas de não realização do exercício e 2 condutas antidesportivas.

O programa teve um efeito positivo nos alunos e nas aulas, pois conseguiu diminuir os incidentes que se observaram nos períodos anteriores e ainda fez com que os alunos se tornassem mais autónomos, responsáveis e cooperantes.

Em todos os períodos notou-se sempre comportamento antidesportivo pelo mesmo aluno (nº32). Este aluno foi sempre muito competitivo no que fazia, mas por vezes o seu “mau perder” levou-lhe ao exagero e a ter atitudes incorretas, tendo sido penalizado por causa dessas atitudes. No entanto, viu-se uma melhoria no seu comportamento no 3º Período, juntamente com os restantes alunos da turma.

Análise de dados correspondentes ao programa Cercool Desportivo:

Durante as sete semanas em que foi implementado o projeto, todas as onze aulas foram observadas e registadas através de uma ficha guia (anexo 11) criada para o efeito. No final dessas aulas o registo apresentado na ficha guia era traduzido para uma ficha de resultados (Figura 8), onde era possível observar a pontuação e classificação das equipas.

Dia da Semana	14 de Abril	21 de Abril	28 de Abril	05 de Maio	07 de Maio	12 de Maio	14 de Maio	26 de Maio	28 de Maio	02 de Junho	04 de Junho											
Itens Avaliados	Equipas																					
	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B		
Faltas injustificadas	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-3	0	0	0	0	
Faltas material	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	-2	0	0	0	0	-2	-2	0	-2	
Faltas de atraso	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Não realização da aula/exercício	0	0	0	-1	0	-1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Conduta antidesportiva	0	0	0	-1	0	-1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Fair-play	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
Vitórias em competição (Pontuação total)	16	12	0	8	6	6	0	4	6	8	2	2	2	0	0	4	4	4	6	2	8	6
Cooperação e entreajuda	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	2
Arbitragem	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1
Festividade	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	2	2	1	1	1	1	1	1
Criatividade	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0
Bônus líder	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1
SOMA	18	16	5	10	10	6	4	7	10	12	7	7	6	1	8	11	8	5	9	5	14	10

RESULTADO FINAL	EQUIPA	
	A	B
	99	90

Figura 8 – Ficha de Resultados “Cercool Desportivo”

Toda a ficha guia assume um papel preponderante no juízo de cada equipa, onde cada uma é avaliada a nível negativo e a nível positivo. Os itens negativos correspondem as faltas justificadas, injustificadas, faltas de atraso, não realização da aula/exercício e condutas antidesportivas. Os itens positivos correspondem ao *fair-play*, vitórias em competição, cooperação, arbitragem, festividade, criatividade e o bónus líder.

Como se pode observar na figura 6, ao longo de 11 aulas as equipas foram classificadas consoante a sua prestação.

Os resultados indicaram que a equipa A foi a vencedora do programa com 99 pontos, contra 90 pontos da equipa B, tendo sido recompensada com um prémio final. A sua vitória deve-se a união do grupo e não à sobrevalorização de um indivíduo. O coletivo esteve sempre muito bem, conseguindo obter a vitória por esforço de todos.

Todos os alunos passaram por “Líderes”, o que teve uma influência muito grande na prestação dos alunos.

4.3.1.7. Conclusão

Devido ao número de incidentes observados nos dois períodos iniciais do ano letivo, houve a necessidade de implementar este novo programa, a fim de melhorar o comportamento dos alunos na aula de EF. O programa não se baseou num só objetivo, pois conseguindo obter sucesso na aula de EF, haveria repercussões na Escola em si, ou seja, melhoria da qualidade das aprendizagens traduzida no sucesso educativo dos alunos; Combate à indisciplina, o abandono escolar precoce e o absentismo; Criação de condições para a orientação educativa e a transição qualificada da escola para a vida ativa; Motivação para o trabalho em equipa.

De acordo com os dados obtidos, o programa Cercool Desportivo teve efeitos positivos e atingiu o seu objetivo principal. Os dados apontaram que houve uma melhoria do comportamento dos alunos na aula de EF, conseguindo eliminar significativamente os problemas que se observaram nos dois primeiros períodos letivos, ou seja, as faltas às aulas, faltas de material, faltas de atraso, a não realização das tarefas e as condutas antidesportivas.

Os motivos principais que influenciaram essa melhoria foram a competitividade, a cooperação, a responsabilidade assumida, o facto de ser líder e também o prémio final. Durante as aulas, observou-se que o facto de os alunos pertencerem a uma equipa e estarem constantemente dependentes uns dos outros, fez com que evitassem realizar ações que fossem prejudicial para a equipa, pois se um aluno cometesse uma infração, a equipa é que pagaria por

isso. Em todas as aulas as equipas estavam em competitividade, o que originava todos os alunos lutarem pela vitória da sua equipa.

Portanto, o programa teve o efeito desejado, já que promoveu a educação lúdica, a formação pessoal e social do aluno, promoveu experiências educacionalmente ricas e autênticas na aula de EF. Conseguiu-se formar alunos literatos, entusiasta e competente. Um aluno literato é um cidadão desportivamente culto, que distingue a boa da má prática desportiva e identifica os valores do desporto. Um aluno entusiasta participa e comporta-se de forma a preservar, proteger e realçar uma cultura desportiva, tanto numa comunidade local como nacional. Um aluno desportivamente competente apresenta capacidades suficientes para participar no jogo de forma satisfatória.

Realço que o programa nasce da junção do projeto Cer_cool e do Modelo de Educação Desportiva, mas este último não foi completamente aplicado, apenas se aplicaram algumas diretrizes, como a festividade, a liderança, a criatividade (criação de mascotes, equipamentos, etc.), a competição e o evento culminante.

Por fim, posso confirmar que é um programa que pode ser aplicado com sucesso nas aulas de Educação Física e que terá contributo para o bom funcionamento da mesma. O facto de colocarmos os alunos em equipa, penderem uns dos outros, com oportunidade de ganharem pontos com a sua criatividade, com oportunidade de competirem entre equipas, realizando um “campeonato”, só promove boas atitudes, bons comportamentos e um bom ambiente de aula. Contudo, o professor tem de estar sempre preparado para eventuais problemas que possam surgir devido à competitividade das equipas.

4.3.1.8. Limitações do estudo

Na aplicação deste programa encontrei algumas limitações.

Primeiro, porque a amostra era de pequena dimensão, pois uma turma com 14 alunos é diferente de uma de 30 alunos. Se fosse uma turma maior e o programa tivesse sucesso, o mesmo tornar-se-ia mais fiável.

Segundo, a limitação está relacionada com a in experiência deste programa. Como foi adaptado de outro projeto, tornou-se limitado aquando da discussão de resultados.

Por outro lado, o facto de ser aplicado no terceiro período, ajuda quando comparado com os outros dois períodos iniciais, mas dificulta se quisermos observar os efeitos para além da aula de Educação Física.

Como sugestão para estudos futuros, pensamos que poderá ser aplicado durante um ano letivo completo, de modo a comparar o efeito deste programa em cada período.

4.3.1.9. Referências Bibliográficas

Amado, J. (2001). *Interação Pedagógica e Indisciplina na Aula*. Lisboa: Edições ASA.

Amado, J. & Freire, I. (2009). *Indisciplina na escola. Compreender para prevenir*. Lisboa: Edições Almedina, SA.

Caixeiro, C. (2014). *Liderança e cultura organizacional: o impacto da liderança do diretor na(s) cultura(s) organizacional(ais) escolar(es)*. Évora: C. Caixeiro. Tese de Doutoramento apresentada à Universidade Évora.

Carvalho, S. (2013). *Indisciplina na escola: compreender para prevenir - um estudo com alunos do 7º e 9º anos de Cabo Verde*. Lisboa: Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade de Lisboa, Instituto de Educação.

Coelho, I. M. (2011). *Aplicação do Modelo de Educação Desportiva no Atletismo*. Porto: Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Comenius, J. A. (1966). *Didática Magna*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

Congresso da Educação Pluridimensional e da Escola Cultural. (1991). Educação pluridimensional e escola cultural actas. Lisboa: AEPEC.

Cunha, P. (1993). Objetivos, conteúdos e métodos da disciplina de desenvolvimento pessoal e social. Inovação, vol.6, nº3. M.E. Instituto de Inovação Educacional.

CURY, C. (1995). *Educação e contradição: elementos metodológicos para uma teoria crítica do fenómeno educativo*. 6. ed. São Paulo: Cortez

Decreto-Lei Nº85/2009 de 27 de agosto, no Diário da Republica. Assembleia da República. Portugal

Libâneo, J. (1990) *Didática*. São Paulo: Cortez.

Mesquita, I., & Graça, A. (2009) Modelos instrucionais no ensino do desporto. In Rosado A. & Mesquita, I. (Eds.), *Pedagogia do Desporto* (pp.39-68). Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Oliveira, M. (2001). *A indisciplina em aulas de Educação Física – Estudo das crenças e procedimentos dos professores relativamente aos comportamentos de indisciplina dos alunos nas aulas de Educação Física do 2º e 3º Ciclos do Ensino Básico*. Consult. 20 Mai 2015, disponível em <http://www.ipv.pt/temaseresumos/esev5.pdf> .

Pereira, C. (2012). *Modelo de Educação Desportiva: da aprendizagem à aplicação*. Porto: C. Pereira. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Perez G (1998). *La cultura escolar en la sociedad neoliberal*. Madrid: Morata

Piéron, M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas* (1ª ed.). Barcelona: INDE.

Queirós, F. F. (1991). Algumas Reflexões Sobre «Educação e Escola». In AEPEC (Eds.), *Educação Pluridimensional e Escola Cultural*. Lisboa: AEPEC. Actas do Congresso da Educação Pluridimensional e da Escola Cultural, Évora, 1990, pp. 139-146.

Rosado, A. (1998). *Nas Margens da Educação Física e do Desporto*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Veiga, F. H. (1999). *Indisciplina e Violência na Escola: Práticas Comunicacionais para Professores e Pais*. Coimbra: Livraria Almedina

Veiga, F. H. (2007). *Indisciplina e violência na escola. Práticas comunicacionais para professores e pais*. 3ª Edição. Coimbra: Almedina.

Wall, W. D. (1983). *Educação construtiva para adolescentes*. (S. Barata, trad.). Lisboa: Livros Horizonte

Zenhas, A. (2006). A Direção de Turma na colaboração entre a Escola e a Família. In *O papel do Diretor de Turma na colaboração Escola-Família*. (pp. 41-62) Porto: Porto Editora

5. Conclusão e Perspetivas para o futuro

5. Conclusão e Perspetivas para o futuro

Neste momento, que indica o fim do estágio profissional, cresce um sentimento de saudade e pena por terminar um ciclo que se tornou extremamente importante para a construção da minha pessoa. Há que refletir tudo que convivi, passei e ultrapassei.

O Estágio Profissional, Unidade Curricular inserida no plano de estudos do 2º Ciclo em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP), foi realizado na Escola Básica e Secundária do Cerco, com um núcleo de estágio constituído por 3 elementos, uma Professora Cooperante, docente dessa Escola, e um Professor Orientador, docente da FADEUP.

Ao longo deste ano, foi possível acompanhar e lecionar as aulas de Educação Física da turma do 10ºC e do 5ºI, sendo que desta última foi apenas período. Paralelamente, vivenciei experiências únicas, desenvolvi atividades com a comunidade escolar, como o Desporto Escolar, a Direção de Turma e as visitas de estudo.

O EP demonstrou ser uma experiência única e enriquecedora, visto que, para além do acompanhamento e lecionação, convivi e partilhei experiências com docentes e funcionários. Foi gratificante desenvolver um trabalho onde muitos se demonstraram disponíveis e ajudaram para que eu aprendesse e crescesse como futuro docente.

No início do EP todo ele parecia muito complexo, mas no decorrer do ano letivo, com o apoio da professora cooperante, núcleo de estágio e professores da escola, tudo se tornou mais fácil. Esta fase da minha vida foi o culminar de tantos anos de investimento académico, porque apliquei em prática aquilo que aprendi na teoria. Pensei que esta tarefa ia ser mais complicada para mim, visto que tive de interromper os meus estudos, durante dois anos, para ir trabalhar, mas acabei por superar as minhas expectativas. Todo este investimento criou em mim um sentimento de satisfação e realização pessoal e profissional.

O facto de direccionar uma turma, lecionar-lhes aulas e transmitir-lhes os meus conhecimentos, fez com que procurasse ser melhor dia para dia, aproveitando o ato de refletir como ferramenta para essa melhoria.

Esta etapa exigia muitas tarefas da nossa parte, cada uma com o seu importante peso para que conseguisse atingir os objetivos propostos e os alunos atingissem as metas estabelecidas. Muitas horas foram passadas a realizar o planeamento a diferentes escalas (anual, unidade didática, aula), a fim de conseguir levar os alunos a uma boa e adequada aprendizagem. A reflexão também fez parte do meu dia-a-dia, tornou-se um hábito, que por consequência se tornou fundamental para confrontar o que acontecia em todos os momentos marcantes do estágio e alterar o que não estava a funcionar, em prol de uma melhor atuação.

Através deste hábito, deste trabalho desenvolvido, aprendi a criar estratégias pedagógicas que favoreceram a minha atuação enquanto professor. Um professor enriquece quando considera diferentes formas de trabalhar em consonância com os contextos e com todos os elementos envolvidos, na perspetiva de atender às necessidades e interesses de todos.

Por fim, após todo o trabalho desenvolvido até aqui sinto-me preparado para realizar o meu grande objetivo, que é ser professor de Educação Física e lecionar aulas. Neste momento, sinto-me extremamente receoso e inseguro, com a crise que o país está a passar, a sobrelotação de profissionais docentes e quantidade de futuros profissionais. Espero conseguir, num máximo de dois anos, estar a assumir a função de docente numa escola, de preferência não muito longe da minha zona de habitação. Sei que não será fácil, a lista de espera de docentes para entrarem no ativo é muito grande, mas não posso baixar os braços.

O gosto pelo desporto e pelo futebol é grande que outro objetivo de vida é ser treinador de futebol. Infelizmente a licenciatura e este mestrado não me dão equivalência ao nível de treinador, pelo que já estou a tratar do assunto. Já estou a treinar duas equipas, de escolões diferentes (iniciados e benjamins), no clube União Desportiva Oliveirense. Assumirei a função de treinador adjunto destas duas equipas durante esta época 2015/2016.

O facto de estar a exercer a função de treinador é muito importante para mim, porque é um caminho para chegar ao meu grande objetivo profissional de vida, ser professor de Educação Física e treinador de futebol ao mesmo tempo. Ao conseguir este objetivo, creio que encontrarei uma estabilidade pretendida, mas sei que para o atingir não será fácil, terei que trabalhar e lutar muito. Todavia, como jovem ambicioso e batalhador, creio que encontrarei soluções num futuro próximo, que me permitam atingir estabilidade desejada.

6. Referências Bibliográficas

6. Referências Bibliográficas

Alarcão, I. & Tavares, J. (1987). *Supervisão da prática pedagógica – Uma perspectiva de desenvolvimento e aprendizagem*. Coimbra: Livraria Almedina

Amado, J. (2001). *Interação Pedagógica e Indisciplina na Aula*. Lisboa: Edições ASA.

Amado, J. & Freire, I. (2009). *Indisciplina na escola. Compreender para prevenir*. Lisboa: Edições Almedina, SA.

Arends, R. I. (1995). *Aprender a Ensinar*. Alfragide: McGRAW-HILL de Portugal.

Batista, P., & Queirós, P. (2013). O estágio profissional enquanto espaço de formação profissional. *In Olhares sobre o estágio profissional em Educação Física*. (pp.33 - 52). Porto: Editora FADEUP.

Bento, J. O. (2003). *Planeamento e avaliação em Educação Física*. 3ªedição. Livros Horizonte.

Caixeiro, C. (2014). *Liderança e cultura organizacional: o impacto da liderança do diretor na(s) cultura(s) organizacional(ais) escolar(es)*. Évora: C. Caixeiro. Tese de Doutoramento apresentada à Universidade Évora.

Carvalho, S. (2013). *Indisciplina na escola: compreender para prevenir - um estudo com alunos do 7º e 9º anos de Cabo Verde*. Lisboa: Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade de Lisboa, Instituto de Educação.

Coelho, I. M. (2011). *Aplicação do Modelo de Educação Desportiva no Atletismo*. Porto: Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Comenius, J. A. (1966). *Didática Magna*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

Congresso da Educação Pluridimensional e da Escola Cultural. (1991). *Educação pluridimensional e escola cultural actas*. Lisboa: AEPEC.

Cunha, P. (1993). Objetivos, conteúdos e métodos da disciplina de desenvolvimento pessoal e social. *Inovação*, vol.6, nº3. M.E. Instituto de Inovação Educacional.

CURY, C. (1995). *Educação e contradição: elementos metodológicos para uma teoria crítica do fenômeno educativo*. 6. ed. São Paulo: Cortez

Decreto-Lei Nº85/2009 de 27 de agosto, no Diário da Republica. Assembleia da República. Portugal

Estrela, A. (1986). *Teoria e Prática de Observação de Classes – Uma estratégia de formação de Professores* (2ª Ed). Instituto Nacional de Investigação Científica: Lisboa.

Fonseca, A. (1995). *Motivação para a prática desportiva*. Agon, Revista Crítica de Desporto e Educação Física (1), 49-62.

Libâneo, J. (1990) *Didática*. São Paulo: Cortez.

Machado, E. (2011). Construção de referenciais para avaliação do desempenho docente – um roteiro reflexivo.

Matos, Z. (2014). *Normas orientadoras do Estágio Profissional do 2º ciclo de estudos conducente ao grau de Mestre em Ensino de Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário*. Porto: Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Mesquita, I., & Graça, A. (2009) Modelos instrucionais no ensino do desporto. In Rosado A. & Mesquita, I. (Eds.), *Pedagogia do Desporto* (pp.39-68). Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Nadal, B. (2011). *A escola como instituição: primeiras aproximações*. Olhar de Professor, vol. 14, núm. 1, 2011, pp. 139-150.

Nóvoa, A. (2009). *Para una formación de profesores construída dentro de la profesión*. Consult. 20 Mai 2015, disponível em http://www.revistaeducacion.mec.es/re350/re350_09por.pdf.

Oliveira, M. (2001). *A indisciplina em aulas de Educação Física – Estudo das crenças e procedimentos dos professores relativamente aos comportamentos de indisciplina dos alunos nas aulas de Educação Física do 2º e 3º Ciclos do Ensino Básico*. Consult. 20 Mai 2015, disponível em <http://www.ipv.pt/temaseresumos/esev5.pdf>.

Pereira, C. (2012). *Modelo de Educação Desportiva: da aprendizagem à aplicação*. Porto: C. Pereira. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Perez G (1998). *La cultura escolar en la sociedad neoliberal*. Madrid: Morata

Piéron, M. (1999). *Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas* (1ª ed.). Barcelona: INDE.

Projeto Educativo do Agrupamento de Escolas do Cerco 2013 – 2017, disponível em: <http://www.aecerco.pt>

Queirós, F. F. (1991). Algumas Reflexões Sobre «Educação e Escola». In AEPEC (Eds.), *Educação Pluridimensional e Escola Cultural*. Lisboa: AEPEC. Actas do Congresso da Educação Pluridimensional e da Escola Cultural, Évora, 1990, pp. 139-146.

Rink, J., (1993). *Teaching Physical Education for Learning* (2.^a ed.). St. Louis: Mosby.

Rosado, A. (1998). *Nas Margens da Educação Física e do Desporto*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Rosado, A. & Mesquita, I. (2009). *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Sarmiento, P.; Leça da Veiga, A.; Rosado, A.; Rodrigues, J. & Ferreira, V. (1998). *Pedagogia do Desporto – Instrumentos de observação sistemática em Educação Física e Desporto*. Faculdade de Motricidade Humana, Serviço de Edições. Cruz Quebrada.

SCHMIDT, L. (2005). *A desconhecida dinâmica da escola*. In: RIBAS, M. H. (Org.). *Formação de professores: escolas, práticas e saberes*. Ponta Grossa: UEPG.

Sêco, J. (1997). *Chamados pelo nome. Da importância da afetividade na educação da adolescência*. Lisboa: Instituto da Inovação Educacional.

Veiga, F. H. (1999). *Indisciplina e Violência na Escola: Práticas Comunicacionais para Professores e Pais*. Coimbra: Livraria Almedina

Veiga, F. H. (1999). *Indisciplina e Violência na Escola: Práticas Comunicacionais para Professores e Pais*. Coimbra: Livraria Almedina

Veiga, F. H. (2007). *Indisciplina e violência na escola. Práticas comunicacionais para professores e pais*. 3ª Edição. Coimbra: Almedina.

Wall, W. D. (1983). *Educação construtiva para adolescentes*. (S. Barata, trad.). Lisboa: Livros Horizonte

Zenhas, A. (2006). A Direção de Turma na colaboração entre a Escola e a Família. In *O papel do Diretor de Turma na colaboração Escola-Família*. (pp. 41-62) Porto: Porto Editora

7 - ANEXOS

Anexo 1: Ficha de Avaliação Diagnóstica

Nº	Nome/conteúdos	Posição base	Desloca mentos	Passe Frente	Manchete	Passe Costas	Serviço por Baixo	Serviço Cima	Passe Suspensão	Remate	Bloco	Jogo	Total (Média)
1													
2													
7													
8													
10													
16													
18													
22													
23													
27													
32													
34													
36													
37													
Médias													

NÍVEL	CRITÉRIO
1 (1/5)	<i>Não realiza nenhuma ou realiza muito poucas componentes críticas</i>
2 (6/9)	<i>Realiza apenas algumas componentes críticas</i>
3 (10/13)	<i>Realiza o movimento apresentando algumas dificuldades</i>
4 (14/17)	<i>Realiza o movimento apresentando poucas dificuldades</i>
5 (18/20)	<i>Realiza com rigor e facilidade</i>

Anexo 2: Exemplo de uma unidade didática

Conteúdos/Aulas	1 e 2	3 e 4	5 e 6	7 e 8	9 e 10	11 e 12	13 e 14	15 e 16
HABILIDADES MOTORAS								
PASSE DE OMBRO	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
PASSE PICADO	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
PASSE DE PULSO	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
RECEPÇÃO	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
DRIBLE E FINTA	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
OCUPAÇÃO RACIONAL DO ESPAÇO	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
REMATE EM APOIO	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
REMATE EM SUSPENSÃO	AD			I/E	E	E	E/C	AS
ACTIVIDADE NA PROCURA DA BALIZA (ATAQUE)								
DESMARCAÇÃO	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
PASSE E VAI	AD				I/E	E	E/C	AS
CRUZAMENTOS	AD		I/E	E	E	E	E/C	AS
PENETRAÇÕES SUCESSIVAS	AD				I/E	E	E/C	AS
TRANSIÇÃO RÁPIDA DEFESA-ATAQUE	AD					I/E	E/C	AS
DEFESA								
POSIÇÃO BASE	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
DESLOCAMENTOS	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
INTERCEPÇÃO			I/E	E	E	E	E/C	AS
MARCAÇÃO INDIVIDUAL						I/E	E/C	AS
CONTROLO DO ADVERSÁRIO	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
DEFESA À ZONA				I/E	E	E	E/C	AS
JOGO								
JOGO FORMAL	AD	I/E	E	E	E	E	E/C	AS
SITUAÇÕES DE JOGO REDUZIDO		I/E	E	E	E	E	E/C	AS
Cultura Desportiva								
TERMINOLOGIA E SIMBOLOGIA	AD	E	E	E	E	E	E/C	E
REGRAS E HISTÓRIA	AD	E	E	E	E	E	E/C	E

Justificação:

A presente unidade didática foi construída de acordo com o programa de Educação Física. Avaliado o nível da turma foram escolhidos os conteúdos a ser lecionados e desenvolvidos ao longo das 16 aulas propostas pelo grupo de Educação Física da Escola Básica e Secundária do Cerco.

Toda a UD está composta por blocos de 90 minutos, por exemplo, o primeiro bloco da aula 1 e 2 corresponde a dois blocos de 45 minutos.

Na primeira aula foi realizada a avaliação diagnóstica para conhecer o nível dos alunos. Esta fase é importante para sabermos o nível de jogo, as etapas de aprendizagem e quais os conteúdos a serem abordados durante a UD.

Na segunda aula (aula 3 e 4) escolhi introduzir e exercitar os conteúdos mais básicos do andebol, com o propósito de os alunos reaverem as habilidades motoras e alguns aspetos táticos adquiridos em anos anteriores.

No terceiro bloco introduz-se um conteúdo atacante, o do cruzamento, que é importante para dar desenvolvimento ao jogo e um conteúdo defensivo, que é a interceção, para dificultar as ações ofensivas e obrigar os atacantes a não demorarem muito tempo com a bola na mão.

Para que a qualidade do jogo comece a aumentar, no quarto bloco (aula 7 e 8) é introduzido o remate em suspensão e a defesa à zona. Ao introduzir estes dois conteúdos, fará com que as ações defensivas e atacantes sejam dificultadas, o que levará a uma melhor aprendizagem.


O quinto bloco é destinada às ações ofensivas, com a introdução do passa e vai e as penetrações sucessivas. Nesta altura espero ter o nível de jogo mais desenvolvido para que estes conteúdos tragam mais evolução e qualidade ao ataque.

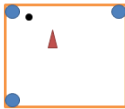
Adquirida uma noção de jogo diferente do inicial, procuro introduzir no sexto bloco a transição rápida defesa-ataque e a marcação individual. Com a introdução destes conteúdos o jogo terá uma maior velocidade, o que combaterá a aglomeração e o jogo rudimentar. Haverá uma aproximação ao verdadeiro jogo de andebol.

O penúltimo bloco representará uma revisão de todos os conteúdos lecionados, como forma de preparar os alunos para o último bloco que será a avaliação sumativa.

Anexo 3: Exemplo de um plano de aula

Ano: 10º	Turma: C	Aula nº: 9 e 10	Data: 30/Set/2014	Hora: 10h10 às 11h40	Duração: 90' (70'TU)	Nº de Alunos: 16
Sessão nº: 5 e 6 de 16		Unidade Didática: Basquetebol		Função Didática: Introdução e exercitação		
Pavilhão: G1;		Espaço: Pavilhão multiusos		Professor: Tiago Almeida		
Material: 8 bolas; 8 coletes; sinalizadores						
OBJETIVOS: <ul style="list-style-type: none">❖ Habilidades Motoras: Desenvolver os lançamentos em apoio e na passada; Ocupar racionalmente o espaço; Criar linhas de passe e desmarcações; Desenvolver a defesa individual.❖ Cultura Desportiva: Regulamento do Basquetebol;❖ Condição física: Desenvolver as capacidades coordenativas e condicionais específicas do Basquetebol;❖ Conceitos Psicossociais: Cooperar com o professor e os colegas, espírito de grupo.						

P.A.		Objetivos Comportamentais	Conteúdo / Situações de Aprendizagem	Componentes Críticas / Palavras-Chave
Inicial	15'	Os alunos realizam mobilização articular e ativam o sistema cardiovascular	Jogo dos passes Num meio campo, divididos em duas equipas, os alunos realizam passes entre si a fim de manter a posse de bola. O nº de passes é convertido em pontos quando realizarem: - 5 Passes – 1 ponto; - 8 Passes – 2 pontos. Quem realizar maior nº de pontos ganha o jogo.	Realizar Receção e controlo de bola; Paragem a um e dois tempos; Passe de peito, picado ou de ombro;
Fundamental	20'	Desenvolver o Lançamento em apoio e Lançamento na passada	“Circuito de Lançamentos” Numa metade do campo realizam lançamento em apoio e noutra parte o lançamento na passada. O circuito é realizado da seguinte forma: 1º - Aluno a meio campo realiza drible em progressão, faz passe para um colega que está numa posição ao centro do campo, vai receber a bola mais a frente deste e pára e faz o lançamento em apoio; 2º - Quem está no centro e faz o passe vai para o meio campo para fazer o lançamento em apoio do lado esquerdo; 3º - Quem fez do lado esquerdo, vai fazer o lançamento na passada do lado direito no outro lado do campo; 4º - Faz lançamento na passada do lado esquerdo e volta á primeira estação.	Lançamento em apoio: Olhar para o cesto; orientar os apoios para o cesto com o pé do lado da bola mais avançado; extensão dos MI e terminando com extensão dos MS; fletir o pulso na fase final do lançamento. Lançamento na passada: Olhar dirigido a tabela; Executar o 1º apoio após a paragem do drible e fazendo com o outro pé o 2º apoio e impulsão. Lado direito: 1º apoio – pé direito e 2º apoio pé esquerdo. Lado esquerdo: 1º apoio – pé esquerdo e 2º apoio – pé direito.

	15'	Conjugar as suas ações com a do colega; Realizar Posição de tripla ameaça	<p>Ocupação racional do espaço; criar linhas de passe / “Jogo do Quadrado”</p> <p>Em grupos de 4 elementos, os alunos formam um quadrado com três alunos colocados nos vértices e um no meio. Os 3 alunos de cada quadrado tentam manter a posse de bola, sendo obrigatório o jogador com bola ter uma linha de passe de ambos os lados, o aluno que está no meio tem de interceptar os passes. Após a interceção, quem errou o passe vai para o meio.</p> 	- Após passe verificar o posicionamento da equipa e desmarcar para a direita ou esquerda para apoiar o portador da bola; Receber a duas mãos; Passar a duas mãos;
	20'	Os alunos que estão a defender acompanham o seu adversário direto. Aplicar o que aprenderam na aula	<p>Jogo 3x3 em campo reduzido – com defesa individual</p> <p>Os alunos dividem-se em equipas de 3 elementos, jogando entre si a meio campo com defesa individual. Quem defende tem que acompanhar sempre o seu adversário direto. A equipa que sofre o ponto começa na linha final, tendo que vir iniciar o ataque na linha de meio campo.</p>	<p>Defesa individual:</p> <p>Acompanhar o seu adversário direto; Colocar-se à distância de um MS estendido e procurando manter-se entre o cesto e o adversário; Tentar impedir a finalização.</p> <p>Efetuar corretamente os passes; Ocupação racional do espaço; Criar linhas de passe e desmarcações; Posição de tripla ameaça; Finalizar em apoio ou na passada</p>
Final	5'	Os alunos retornam à calma;	<p>Análise geral da aula.</p> <p>-.Os alunos dispostos em U colocam questões e duvidas;</p>	Estarem atentos as informações do professor e as eventuais dúvidas dos colegas.

Anexo 4: Exemplo de uma reflexão de aula

No dia 23 de Setembro de 2014 foi lecionada a aula nº5 e 6 à turma do 10ºC, em que abordei as habilidades motoras de basquetebol, mais propriamente a recepção, o passe de peito, passe picado, passe de ombro, drible em progressão e drible de proteção.

A parte inicial da aula teve como propósito um aquecimento geral em que consistia correr a volta do campo, à medida que eu ia dizendo os alunos iam realizando exercícios de mobilidade articular. Este aquecimento demonstrou ser uma mais-valia pois os alunos mantiveram-se muito tempo em atividade motora e prepararam-se bem fisicamente para a parte fundamental da aula. Ainda na parte inicial, realizaram alongamentos ao tronco e membros, sendo este dado por um aluno a meu pedido.

Na parte fundamental da aula foram lecionados exercícios para desenvolver as habilidades motoras do basquetebol.

O 1º exercício destinado aos passes, colocava os alunos a realizarem passes em pares, tendo a necessidade de haver um trio pois o nº de alunos era ímpar. Penso que deveria ter leccionado este exercício de outra forma, pelo menos mais dinâmica, pois observei que foi pouco ativo e um bocado desmotivador para eles.

O 2º exercício era o circuito, completado por 5 estações. Primeira desenvolvia o drible em progressão com o membro superior (MS) direito, segunda o drible de progressão com o MS esquerdo, terceira o drible em progressão com ambos os MS, quarta o passe e recepção, e por fim a quinta estação desenvolvia o drible de proteção, sendo que esta terminava com finalização. Este exercício decorreu bem dentro dos possíveis, até que chegando a última estação os alunos não executavam corretamente o drible de proteção. Então resolvi alterar o plano de aula e após este exercício leccionei um só para desenvolver o drible de proteção. Os alunos tiveram assim de realizar este de uma metade a outra do campo com o ser par a fazer de defesa passiva.

Para terminar esta parte realizou-se o jogo de 3x3 a meio campo, para poderem aplicar em situação de jogo o que aprenderam durante a aula. Numa das metades do campo só pode haver jogo 3x2 porque não havia alunos suficientes.

No global penso que a aula correu bem, consegui ser breve e claro durante a minha instrução, não perdendo tempo em transições. Motivei-os para as tarefas dando-lhes feedbacks durante os exercícios, e por fim consegui controlar os alunos, mantendo-os sempre no meu campo visual.

Anexo 5 Ficha de observação da Análise do tempo de aula

ANÁLISE DO TEMPO DE AULA

Sessão: _____ Data: ____/____/____

Professor / Grupo: _____

[illegible]

Tempo Absoluto de Observação	
------------------------------	--

Categorias	Duração Absoluta	Duração Relativa
Instrução (I)		
Organização da Classe (OC)		
Classe Organiza-se (CO)		
Prática (P)		
Outros Comportamentos (OC)		

Anexo 6: Ficha de Observação do comportamento do aluno

Sessão: _____ Data: ____/____/____

Professor / Grupo: _____

Min	0	5"	10"	15"	20"	25"	30"	35"	40"	45"	50"	55"	60"
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													
20													

Categorias	Duração Absoluta	Duração Relativa
Actividade Motora (AM)		
Demonstração (D)		
Ajuda (A)		
Manipulação de material (M)		
Deslocações (D)		
Atenção a informação (AI)		
Espera (E)		
Comportamentos fora da tarefa (CFT)		
Interações verbais (IV)		
Afectividade (AF)		
Outros Comportamentos (OC)		

Anexo 7: Ficha de Observação do comportamento do professor

SISTEMA DE OBSERVAÇÃO DO COMPORTAMENTO DO PROFESSOR

Sessão: _____ Data: ____/____/____

Professor / Grupo: _____

Min	0	5''	10''	15''	20''	25''	30''	35''	40''	45''	50''	55''	60''
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													
20													

Categorias	Duração Absoluta	Duração Relativa
Instrução (I)		
Feed-back (FB)		
Organização (O)		
Afectividade Positiva (AP)		
Afectividade Negativa (AN)		
Intervenções Verbaes dos Alunos (IVA)		
Observação (OB)		
Outros Comportamentos (OC)		

Anexo 8: Ficha de Inscrição do torneio de futsal

Taça Cerco Futsal 2014

Ficha de Inscrição

Nome da Equipa: _____

Capitão: _____

Ano e Turma: _____

NOTA: Nomes de equipa **NÃO** devem ser e/ou invocar qualquer tipo de insulto ou abusivo direta ou indiretamente.

Nome Completo		n.º aluno	Data de Nascimento
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

Nome da Equipa: _____

Capitão: _____

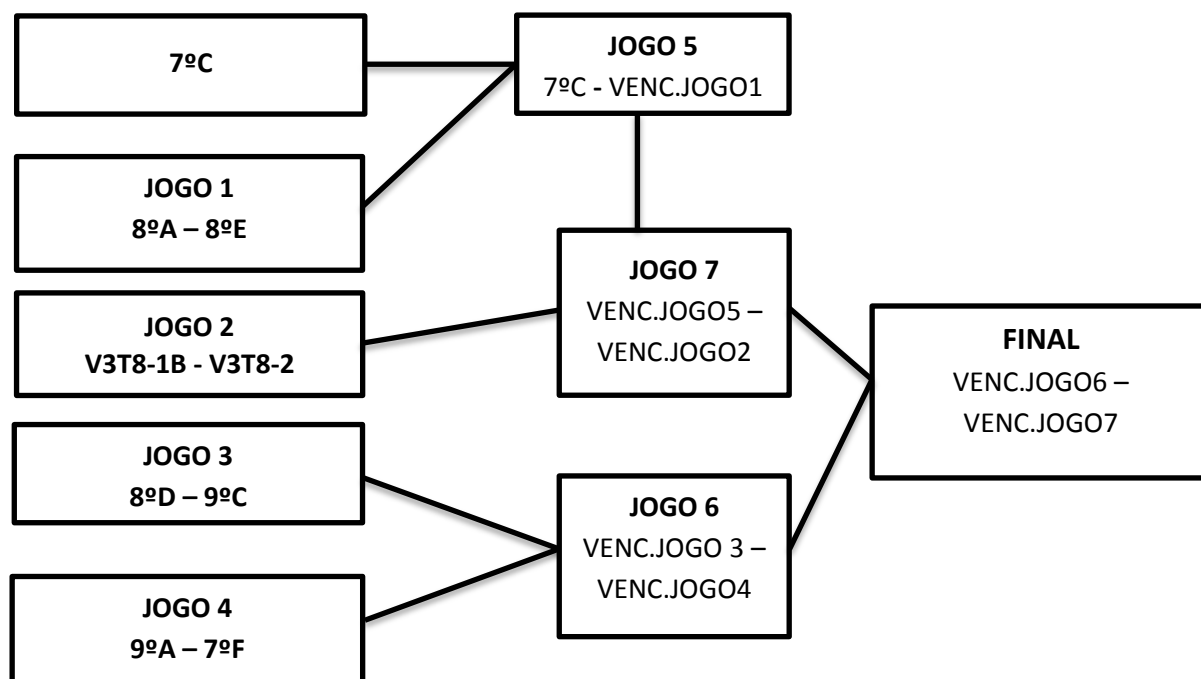
Ano e Turma: _____

Nome Completo		n.º aluno	Data de Nascimento
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

Anexo 9: Exemplo de Quadro Competitivo do torneio de futsal

DIA	HORA DE INÍCIO	PAVILHÃO	JOGO	EQUIPAS	RESULTADOS
11 de Março	14H30	G1	1º JOGO	8ªA VS 8ªE	
	14H30	EXTERIOR/G2	2º JOGO	V3T8-1B VS V3T8-2	
	14H50	G1	3º JOGO	8ªD VS 9ªC	
	14H50	EXTERIOR/G2	4º JOGO	9ªA VS 7ªF	
	15H10	G1	5º JOGO	7ªC VS VENCEDOR JOGO 1	
	15H10	EXTERIOR/G2	6º JOGO	VENC. JOGO 3 VS VENC. JOGO 4	
	15H30	G1	7º JOGO	VENC. JOGO 5 VS VENC. JOGO 2	
	16H00	G1	8º JOGO	<u>FINAL:</u> VENC. JOGO 7 VS VENC. JOGO 6	

Quadro Competitivo



Anexo 10: Declaração dos alunos para o programa Cercool Desportivo

Declaração

DECLARAMOS para os devidos fins, que as nossas equipas tomaram conhecimento dos objetivos do programa “**Cercool Desportivo**” e aceita fazer parte deste mesmo, organizado pelo professor de Educação Física, **TIAGO FILIPE COELHO ALMEIDA**.

Declaramos ainda, que quem assumir as funções de capitão, será inteiramente responsável pela equipa em questão.

Assinatura dos alunos do 10ºC

Equipa A

(Aluno nº7)

(Aluno nº22)

(Aluno nº34)

(Aluno nº2)

(Aluno nº16)

(Aluno nº10)

(Aluno nº37)

Equipa B

(Aluno nº32)

(Aluno nº8)

(Aluno nº36)

(Aluno nº18)

(Aluno nº23)

(Aluno nº1)

(Aluno nº27)

Porto, 09 de abril de 2015

Anexo 11 – Ficha guia “Cercool Desportivo”

FICHA GUIA CERCOOL DESPORTIVO

Agrupamento de Escolas do Cerco	Turma:	Dia: _____	Aula nº:
Assinatura dos líderes:			

Itens Avaliados	Equipas	
	A	B
Faltas injustificadas		
Faltas material		
Faltas de atraso		
Não realização da aula/exercício		
Conduta antidesportiva		
Fair-play		
Vitórias em competição		
Cooperação e entreaajuda		
Arbitragem		
Festividade		
Criatividade		
Bónus líder		

Constituição das equipas		Semana do Capitão
A	B	
Aluno nº7	Aluno nº32	13 a 17 de abril de 2015
Aluno nº22	Aluno nº8	20 a 24 de abril de 2015
Aluno nº34	Aluno nº36	27 de abril a 1 de maio de 2015
Aluno nº2	Aluno nº18	4 a 8 de maio de 2015
Aluno nº16	Aluno nº23	11 a 15 de maio de 2015
Aluno nº10	Aluno nº1	25 a 29 de maio de 2015
Aluno nº37	Aluno nº27	1 a 4 de Junho de 2015

Observações: